

Дейв Кардер
Дункан Дженике

КАК СОХРАНИТЬ БРАК

*как восстановить отношения,
давшие трещину*



Дункан Дженике

**Как сохранить брак.
Как восстановить
отношения, давшие трещину**

ХЦ «МИРТ»

Дженике Д.

Как сохранить брак. Как восстановить отношения, давшие трещину
/ Д. Дженике — ХЦ «МИРТ»,

В некотором смысле эта книга предназначена всем людям, состоящим в браке. Зная суть падшей человеческой природы, мы понимаем, что неверность представляет опасность абсолютно для каждого из нас. Но в первую очередь книга написана для тех, кого неверность уже коснулась, над чьим браком подобная угроза нависает в данный момент, а также для тех, чей брак уже распался. Тем, кто развелся или ушел из семьи, книга поможет понять, что случилось в их браке. Она также будет полезна тем, кто в качестве профессионального душепопечителя или просто близкого друга пытается помочь пострадавшим от этой беды.

Содержание

Благодарности	5
Предисловие	6
ВВЕДЕНИЕ	7
ПРОЛОГ	9
ЧАСТЬ I	13
ГЛАВА 1	13
ГЛАВА 2	26
ГЛАВА 3	35
ГЛАВА 4	43
Конец ознакомительного фрагмента.	44

Дейв Кардер

Как сохранить брак

*Посвящается моей жене Ронни, более двадцати пяти лет
создающей тот особый мир нашего брака, который делает мою жизнь
такой богатой*

Благодарности

Я хочу поблагодарить Дункана Дженике за всю ту работу, благодаря которой эта информация обрела законченный смысл и стала полезной. Следует выразить благодарность Пэту Лемпмену, который помог придать книге ее нынешнюю форму, и Дейвиду Ступу – за беседу, которая пролила свет на проблему раздвоения личности у тех, кто имел подобного рода связи.

Особая благодарность Баку Буканану, Гэри Ричмонду и Джону Куломби – моим коллегам по группе «Забота и участие», Полу Сейлхемеру – нашему старшему товарищу, работавшему со мной по ряду таких случаев и помогшему мне выработать свое понимание реабилитации после супружеской измены, Чаку Суиндоллу – старшему пастору и моему руководителю, чьи проповеди и поддержка так много значили для меня в течение всех этих лет.

Особо хочется отметить моих коллег-наставников Эрла Хенслина, Джона Таунсенда, Генри Клауда – за вклад в формирование моего понимания этого предмета.

Я говорю спасибо примерно двум десяткам пар по всей стране, которые столкнулись с неверностью в своем браке, выстояли и поделились со мной ценными догадками и советами по данному проекту. Говорю спасибо также автору книги «Разновидности супружеской неверности и работа с ними», Эмили Браун, чей семинар помог мне уточнить свои взгляды и на практике, посредством ролевых игр, пережить боль и внутренний конфликт тех, кто совершил измену, и, наконец, Энни Финкемейер – за те часы, которые она без усталости проводила за клавиатурой компьютера.

Дункан хочет выразить благодарность своей жене Присцилле, верному другу и чуткому редактору, за ее неизменную поддержку и полезные замечания во время работы над этим проектом. Следует поблагодарить также Бетани, Грейс, Криса, Энн, Лэрри, Джоани, Гэри и Сью за их молитвы и поддержку. А также Дейва – за то, что побудил меня совершить это сложнейшее и поучительнейшее путешествие: Дейв – ты лучше всех! И самое главное: мы благодарим Господа за то, что эта книга состоялась, за то, что Он дал мне и Дейвиду возможность этими истинами поделиться с читателем во имя Его. Да использует Он эти страницы на благо тысяч людей!

Предисловие

Не нужно быть пастором или душепопечителем, чтобы понять, что в нашей стране супружеская неверность приняла сейчас катастрофический характер. Недавно в письме, адресованном журналистке Энн Лендере, человек назвавшийся «отнюдь не женоненавистником, а просто наблюдателем», попросил прокомментировать его наблюдение: он считает, что все больше и больше замужних женщин изменяют своим мужьям. Журналистка ответила так: «Если бы вы спросили меня об этом двадцать лет назад, я бы сказала, что не согласна с таким выводом. Сегодня же я склоняюсь к тому, что вы правы. Причину, конечно, следует искать в том факте, что гораздо больше женщин сейчас работает. Они более мобильны, у них больше соблазнов и экономической свободы. Изменится ли каким-то образом тенденция роста неверности? Не вижу как. Измена превратилась в подобие спорта, где у обоих полов равные возможности»¹.

Попытка обсуждать данную проблему в юмористическом ключе лишь подчеркивает трагичность ситуации. К тому же это показывает, как успешно наши языческие, аморальные средства массовой информации размыли границы морали и не просто подвели нас к принятию факта, что измена является частью супружеской жизни, но почти заставили нас считать ее нормой.

Но еще большая трагедия заключается в том, что неверность заразила даже церковь; она ломает судьбы многих христиан. Пасторы-душепопечители, в ущерб другим делам, тратят массу времени на попытки спасти расколотые неверностью браки.

Кроме того, есть огромное количество супружеских пар, которые стыдятся обращаться за помощью и пытаются собирать осколки самостоятельно. И те, и другие, несмотря на духовный настрой, не всегда приходят к удачным результатам. А количество разводов лишь подтверждает этот печальный факт.

Дейв Кардер написал всестороннее и практическое пособие как раз для тех, кто столкнулся с проблемой внебрачных связей. Пособие это всестороннее, потому что в нем детально разобраны всевозможные случаи таких связей. Автор подходит к проблеме неверности дифференцированно и не дает упрощенных ответов на духовные вопросы. Без такого подхода и четкого понимания происходящего «рецепт выздоровления», пусть даже предлагаемый из лучших, благочестивых побуждений, не приведет к подлинному исцелению и возврату к норме. Пособие это практическое, потому что речь в нем идет о насущных проблемах, с которыми ежедневно приходится сталкиваться супругам. Ведь перед попавшими в нелегкую ситуацию людьми встает задача заново навести мост доверия, а затем еще раз научиться по нему ходить, восстановив близость, которая и составляет сущность брака.

Эта книга – лучшее из известных мне практических пособий, предлагающих пути исцеления.

Дейвид Симендс, профессор пасторского служения Эсберийской духовной семинарии

¹ December 15, 1991. Печатается с разрешения Энн Лендерс и «Creators Syndicate».

ВВЕДЕНИЕ

Помните те времена, когда ребенком вы, лежа на траве, смотрели на плывущие по небу облака? Обычно дети в такие минуты фантазируют о том, кем они станут, когда вырастут. Продавец в магазине, булочник, ювелир – список возможностей казался тогда неисчерпаемым; таковым он поистине и был.

Я тоже мечтал в детстве. Но я и представить себе не мог, что стану специалистом по супружеской неверности! И тем не менее, имея за плечами двадцатилетний опыт христианской работы, сейчас я занимаюсь служением, которое рассчитано главным образом на то, чтобы помочь людям оправиться от внебрачных связей. Время от времени я от удивления встряхиваю головой – все еще не могу поверить.

Но не поймите меня превратно. Я благодарен Господу за то, что он повел меня этим путем. Этот путь не из легких. Статистика измен и разводов среди протестантского населения почти такая же, как и среди всего населения США, а это огромное количество разбитых сердец, сломанных жизней и загубленных карьер. Я знаю, я это видел – и видел в гораздо большем количестве, чем хотелось бы, причем в сугубо христианской среде.

Вскоре после того, как старшекласником я познал Христа, наша семья стала посещать небольшую церковь. Все мы были молодыми христианами – дети и родители приняли Христа примерно в одно и то же время. Мы с жадностью припали к глубокому библейскому учению, которое нам там преподавали. То было прекрасное начало нашего духовного пути, но через несколько лет нам пришлось пережить потрясение, ибо местный пастор (чья жена незадолго до этого умерла) сбежал с женой председателя совета старейшин.

После окончания школы я поступил в библейский колледж, где, как мне думалось, я буду огражден от подобных потрясений. Но не тут-то было! В первый же год обучения я с ужасом обнаружил, что многие из моих неженатых сокурсников живут сексуальной жизнью. Кроме того, выявились случаи супружеской неверности среди преподавательского состава. Вот каковы на самом деле «чистые» и «святые» библейские школы!

После завершения учебы свое первое пасторское служение я проходил в большой независимой церкви, где и проработал четырнадцать лет. К огромному сожалению, мне снова пришлось столкнуться с неверностью: наш старший пастор под покровом ночи бежал из города с матерью-одиночкой, чьим душепопечителем он был. В городе у него осталась жена, с которой он прожил двадцать пять лет, семья из трех человек. Я был опустошен. Мой главный начальник, человек, бывший для меня образцом руководителя и душепопечителя, превратился в полную моральную противоположность того учения, которому посвятил жизнь.

Немедленной реакцией церковного руководства на этот случай была реорганизация работы: только открытые двери в комнатах, где работают душепопечители; душепопечитель и подопечный должны быть одного пола; работа должна проходить только в дневное время. Такие перемены показались мне поверхностными и ненадежными. Кроме того, меня, как и многих моих коллег, задело то, что нас могут подозревать в подобных связях только потому, что так поступил наш старший пастор.

Однако расстройство по поводу изменений в правилах поведения не идет ни в какое сравнение с тем, как этот последний случай неверности повлиял на мою душу. Чтобы оправиться, мне пришлось немало над собой поработать. Но когда в душе все улеглось, я поклялся себе, что должен понять, как возникает внебрачная связь, как ее предотвратить и как помочь людям, попавшим в такую ситуацию.

Я продолжал учиться в высших учебных заведениях и, общаясь с пасторами, миссионерами, их женами и другими людьми, обнаружил, что у всех есть свой опыт решения этой проблемы и есть некий общий подход. Все знания, которые мне удалось накопить за многие

годы изучения этого предмета и работы с людьми, я вложил в эту книгу. Над ней я работал с моим другом и соавтором Дунканом Дженике, и мы надеемся, что на ее страницах вы найдете материал, из которого извлечете для себя пользу. Я молюсь, чтобы с помощью Божьего Духа вы бы смогли применить его на пользу себе и вашим любимым. Бог знает, что в этой области нам нужна помощь!

ПРОЛОГ

Письмо от «другой женщины»

Здесь в сокращенном и отредактированном виде приводится письмо, полученное мною от женщины, в руки которой попала рукопись, впоследствии ставшая этой книгой. У женщины были любовные отношения с пастором своей церкви, и она попросила дать ей возможность рассказать о своей боли другим в надежде, что это поможет им избежать ловушки, в которую некогда попала она сама.

Мне кажется, что ее история – хороший способ заставить нас думать об этой важной и болезненной теме. И поскольку в книге мы будем главным образом говорить о супруге, который (которая) имеет отношения на стороне, было бы полезно услышать несколько слов от этой самой «другой женщины». В конце концов, для любовного треугольника нужны трое, и, к сожалению, это именно то, что сегодня происходит во многих браках. Слишком часто в христианских семьях сюжеты мыльных опер становятся реальностью.

Итак, садитесь поудобнее и слушайте внимательно.

Позвольте мне представить вам «другую женщину».

* * *

Мы с мужем были очень юными, когда нам пришлось пожениться, так как я узнала, что у меня будет от него ребенок. Мы были типичными подростками из среднего класса; просто несколько раз зашли слишком далеко в своей страсти, и я забеременела. Это случалось со многими ребятами, которых мы знали.

Итак, мы поженились. Мы любили друга, и, кроме того, я думала, что если ничего не получится, то всегда можно получить развод и начать все снова. Так в свое время сделала моя мама, многие мои подруги поступали так же, и мне казалось, что это неплохой план.

Но за несколько месяцев до нашей свадьбы я уверовала в Христа и стала христианкой. Мой муж стал верующим вскоре после нашей свадьбы. По мере возрастания в вере и чтения Библии я стала осознавать, что в глазах Бога развод не такое уж простое решение. Но меня это не очень волновало, поскольку начало нашего брака было хорошим.

Пролетело десять лет, мы родили троих детей и создали обычную семью.

Страстно желая быть идеальной христианской женой и матерью, я взяла на себя многие функции по жизнеобеспечению семьи: полный уход за машиной, оплата счетов, разного рода планирование, мелкий ремонт в квартире и т. д., в то время как мой муж Тайлер становился все более и более пассивным на фоне моей гиперактивности. Работал он десять – двенадцать часов в день и всю свою энергию тратил вне дома, на работе. Да и зачем тратить ее дома, если так или иначе я все делала сама.

Из-за своей кипучей активности я даже не заметила, что мы с Тайлером все больше и больше отдаляемся друг от друга. Я не понимала, что мы стали вращаться на разных орбитах. Я даже не знала, что не удовлетворяю многие из своих потребностей – просто крутилась как белка в колесе и в конце дня, истощенная, валилась в постель, стараясь восстановить силы, чтобы крутить колесо завтра.

В церкви я занялась молодежным служением и добилась там некоторого успеха. Служение охватывало все больше народу, многие ребята обретали спасение и начинали расти в вере, и мне это приносило огромное удовлетворение.

В рамках этого служения я тесно сотрудничала с пастором, ответственным за работу с молодежью, которого я буду называть Тим. И вдруг я обнаружила, что мне все больше и больше

нравится быть в компании Тима. Рядом с ним я ощущала себя более живой. Когда мы говорили, он смотрел мне в глаза и был ко мне исключительно внимателен. Он обращал внимание, когда волосы у меня были уложены не так, как вчера, или когда я была одета в новое платье. Мы часами говорили о целях нашего служения, улучшении методов работы и т. д.

Сейчас, когда я пишу это, мои глаза полны слез, потому что все пошло прахом. Всем благородным целям, мечтам о служении молодежи, радости и успеху того времени не суждено иметь продолжения. Тим с позором оставил служение, а церковь понесла колоссальный моральный урон из-за того, что один из ее пасторов спал со своей внештатной сотрудницей, то есть со мной.

Помню, когда впервые почувствовала, что начинаю сердцем привязываться к Тиму. В тот момент я делилась с ним своими горестями, в частности тем, что касалось семьи, где я выросла. Тим слушал сосредоточенно, сопереживая, и, когда я высказала ему все, что лежало на сердце, он сказал: «Я хочу, чтобы тебе никто больше не причинял боль. Я хочу защитить тебя». Эти слова одновременно зажгли меня и избавили от бурливших во мне переживаний.

Слова не выходили у меня из головы несколько дней. Тим может защитить меня – мысль эта была как бальзам на мою израненную душу. Из-за моего поведения дома, то есть из-за роли суперматери, супержены, ответственного «крутого парня», мой муж и понятия не имел, что я нуждаюсь в защите или что я могу просто иметь такое желание. Я все время посылала ему ложные сигналы.

Еще одной стороной, которая привлекала меня в Тиме, были его лидерские качества. Когда я беседовала с ним о какой-нибудь своей проблеме, он выслушивал до конца, а затем предлагал свой путь выхода. В отличие от него, Тайлер не стал бы слушать меня и сказал бы: «Поступай, как считаешь нужным».

По мере того как мои отношения с Тимом становились все более теплыми, я стала обнаруживать, что мой взгляд на мужа меняется. Оглядываясь назад, я сейчас уже понимаю, что сатана таким образом расставлял свои ловушки вокруг меня и Тима. Мы пытались оправдать наши непозволительные чувства друг к другу; мы стали выискивать недостатки у наших супругов. Вместо того чтобы просто терпеть недостатки и обычные слабости Тайлера, я постоянно твердила о них Тиму, а также досаждала Тайлеру своими придирками и нытьем.

Мы с Тимом пытались прекратить становящиеся все более близкими отношения, поскольку было очевидно, что развиваются они не в том направлении, но решительных мер не приняли. Мы пытались напомнить себе об ответственности перед другим человеком, но это не помогло. Наши чувства ослепили и лишили нас здравомыслия, и мы, отбросив ограничения, пали друг к другу в объятия.

В какой-то момент мы неосознанно приняли решение жить, повинаясь исключительно нашим чувствам. Я знала, что может произойти, если нас поймут, – на его карьере, возможно, будет поставлен крест, а мой брак запылает ярким пламенем, – но мы оба были уверены, что нас никогда не разоблачат.

Затем это случилось. Супруга Тима поймала нас с поличным. Она дала нам время до конца недели, чтобы подумать о будущем. Тайлер в ту неделю уехал по делам из города, а я была просто парализована страхом и нерешительностью.

Это может показаться странным, но жена Тима придерживалась мнения, что мне не следует ничего рассказывать своему мужу, – полагаю, они с Тимом боялись, что Тим может лишиться пасторской должности. Они думали, что можно перевернуть эту печальную страницу нашей жизни и жить дальше. Мне эта идея нравилась, поскольку я боялась посмотреть в лицо Тайлеру.

На той же неделе мы с Тимом поговорили по телефону и решили, что так будет лучше. Мы вместе помолились и попрощались. В душе же не верилось, что Тим мне больше не позвонит. Я, похоже, принимала желаемое за действительное.

Но прошла неделя, а он не звонил. Я увидела их в церкви в следующее воскресенье. Они держались за руки и, смеясь, беседовали с другой парой. Его жена сияла от счастья, и Тим тоже был явно собой доволен. Я была раздавлена. Я не могла ничего поделать – просто тотчас разрыдалась.

Мне причинили страшную боль. Казалось, что Тим использовал меня, и теперь, когда все закончилось, его жена стала главным человеком в его жизни. Находясь на грани помешательства, я не могла не думать о том, что всего несколько дней назад я была самым главным человеком в его жизни. Сейчас она заняла «мое» место, и дня меня все было кончено. Я чувствовала себя никчемной и брошенной.

В церкви, когда наступали подобные моменты отчаяния, Тайлер, конечно, недоумевал, и тогда я спешила домой. Я чувствовала, что погибаю, что схожу с ума. Тайлер хотел знать, чем я так расстроена, но мне казалось, что рассказать все сейчас будет выше моих сил.

Но он настаивал, и я подумала, что будет хуже, если этот бессмысленный фарс продолжится, и выдала ему всю свою безобразную историю.

Тайлер был сражен наповал. Потребовалось некоторое время, чтобы он, наконец, поверил в то, что рассказанное мной было правдой. Еще несколько недель он ходил ошарашенный.

Между тем я находилась в состоянии жуткой депрессии и даже замышляла самоубийство. Дьявол, через мои греховные действия, обрел себе оплот во мне; он постоянно меня обвинял: «Как могла ты добровольно отдаться такому человеку, как Тим? Он был так немошен в своем грехе, он – пастор! Видишь, он никогда тебя не любил; он бросил тебя и вернулся к жене. Тебя провели».

Разумеется, Тайлер вскоре позвонил начальнику Тима, старшему пастору, и все закончилось увольнением Тима. Церковный совет все знал, но они старались не посвящать в это паству, решив, что дело это «личное». Ничего себе – личное! Пытаясь сохранить все в тайне, они тоже выдавали желаемое за действительное.

Вскоре мне начали звонить друзья, чтобы выяснить, правда ли то, что им стало известно. Многие невольно причиняли мне еще большую боль, и я все пытаюсь понять, почему они считали нужным поучать меня, человека, уже много лет жившего библейским учением, говоря, что действия мои были греховными. Разве они не понимали, что я и сама знала, что мои действия были греховными? Я очень хорошо это знала, и иногда даже хотела покончить с собой.

Оттого что мои так называемые друзья напоминали мне о моем проступке, мне еще больше хотелось общаться с моим настоящим другом – Тимом. Тайлер пытался меня понять, но он был очень расстроен, ведь ему было нелегко. Кроме того, мы столь долго не общались с ним по душам, что разговоры не приносили никакого облегчения. Я жаждала безоговорочной любви и принятия, но не находила практически ни того, ни другого.

Прошло несколько месяцев без какого-либо контакта с Тимом. Он, похоже, снова находил себя в браке – ситуация совершенно противоположная моей. Я продолжала чувствовать себя блуждающей в одиночестве, незащищенной и опозоренной.

Затем, однажды, когда Тайлер был на работе, Тим позвонил. Он признался, что скучал по мне и все еще любит меня. Он сказал, что так долго откладывал этот звонок, потому что хотел дождаться, пока страсти немного улягутся. Он нашел работу в ресторане быстрой еды, и его жена уже начала ослаблять свой контроль над ним. Он спросил, нельзя ли нам увидеться прямо сегодня. И мы встретились так, будто и не расставались.

Будучи физически и духовно обессиленной, я, как сухая губка, впитывала в себя вновь обретенную любовь Тима. Огонек нашей связи, как упавшая на сноп сена искра, тут же разгорелась до размеров пожара.

Мы продолжали в том же духе несколько месяцев, а наши супруги об этом и не подозревали. Тим сказал, что любовь ко мне столь важна для него, что он пойдет на любой риск. Ради этого стоило даже отказаться от церковного служения.

Я почувствовала, что меня любят еще больше, и с радостью вернулась в мир своих фантазий: снова начала мечтать, что когда-нибудь выйду замуж за Тима. «Конечно же, наши супруги тоже найдут себе пару», – неразумно рассуждала я. Благодаря возродившейся связи боль моя была на время утолена, и я стала выбираться из эмоциональной ямы.

Затем нас снова поймали.

Я чувствовала себя алкоголиком, который тянется к бутылке. Только моей бутылкой был Тим.

В этот раз нас застал Тайлер. Он настоял на смене номера телефона на тот, что не нельзя будет найти в справочной книге, и на смене церкви. Я согласилась; мы оба понимали, что это был последний шанс что-то изменить – сейчас или никогда. Мы с Тайлером действительно начали общаться.

Неоднократно мы засиживались с ним за полночь: в такое время у меня на глазах были слезы. Помню одну ночь, когда я, по существу, полностью признала, что не обладаю нужной решимостью и не могу себя контролировать. Рыдая, я буквально кричала: «Помоги мне! Я не знаю, как остановиться! Я слаба и больше не знаю, что правильно, а что нет. Пожалуйста, Тайлер, помоги мне остановиться!» Той ночью я плакала и плакала в объятиях Тайлера. Этот момент стал для нас поворотным.

Мы с Тайлером стали советоваться друг с другом, и сегодня медленно, но верно я выздоравливаю. Бог преподает мне важные уроки: я должна больше полагаться на Него, а не на мужа или любовника, и должна искать себя в Нем. Конечно, муж – главный человек, на которого следует опереться, но даже он не может быть моей единственной опорой. Если он к моим проблемам не так чуток, как другой человек, в этом нет ничего страшного. Моя главная цель – идти с Богом и Тайлером, давая знать о моих нуждах мужу, а не искать их удовлетворения у другого человека.

Одним из факторов, который помог мне принять решение остаться в семье, стал реализм. Я прочитала очень полезную книгу «Решение о разводе»², где говорилось о суровых реалистичных расставшегося брака. Если вы решитесь развестись и уйти с другим партнером, то обязательно столкнетесь с такими явлениями, как нестабильность материального положения, недовольство пасынков и падчериц, борьба за право посещать своего ребенка, проблемы с бывшим мужем (женой), смешение старой и новой семьи, постоянное чувство вины, депрессия. Когда я взглянула правде в глаза, это подействовало отрезвляюще. Я перестала погружаться в мир фантазий, куда уходила с Тимом и где думала, что проживу с ним счастливо всю оставшуюся жизнь.

Я еще много могу говорить об уроках, которые извлекла из своей жизни, но закончу призывом к тебе, читатель: тщательно проработай содержащийся в данной книге материал. Те, кто пережил супружескую измену, найдут здесь много практической пользы. Ну а кроме того, здесь еще содержатся мудрые подсказки всем супружеским парам.

² Gary Richmond, *The Divorce Decision* (Waco, Tex.: Word, 1988).

ЧАСТЬ I

Что такое внебрачные связи

ГЛАВА 1

«Что Бог сочетал». Как исцелить распадающийся брак

Супружеская неверность вплелась в ткань нашей культуры. Отовсюду – от телевизионных шоу до ежедневных газет – она в приукрашенном виде преподносится нашей молодежи.

Например, уже установленный факт, что клан Кеннеди, включая его патриарха Джозефа Патрика Кеннеди с его вечной страдальницей женой Роуз и трех сыновей: Роберта, Джона и Эдварда, страдал от этой как правило скрываемой семейной черты. Мерелин Монро³ и другие⁴ открыто признали, что у них была любовная связь с президентом и его братом Робертом. «Быть бабником – их семейная традиция, – говорит биограф семьи Кеннеди и профессор Северо-западного университета Гэрри Уиллз. – Семейная игра в „погоню за юбками" стала частью сущности всех трех подражателей [сыновей] неотразимого отца. Частая смена женщин и похвальба этим стала характерным „подвигом" Кеннеди»⁵.

Наша душа сегодня ожесточена до такой степени, что мы уже не ужасаемся, слыша подобное. Например, когда эта книга готовилась к печати, в телевизионных ток-шоу (Донахью, Сэлли Джесси Рафаэля, Лэрри Кинга) появлялся некий писатель, который рассказывал о своей новой книге «Как изменить жене и не попасться». Похоже на шутку? Нет, автор говорит серьезно, обещая в телепередачах научить читателя «успешно обманывать», «переигрывать умную или подозрительную жену»⁶.

Что еще важнее, статистические исследования подтверждают сообщения средств массовой информации. Некоторые данные указывают на то, что среди всего населения страны не менее 50–65 % мужей и 45–55 % жен к сорока годам имеют внебрачные связи⁷. Статистику, касающуюся христианского населения, получить труднее, поскольку в этих кругах такое поведение считается позорным. Но опрос, проведенный известным журналом среди пасторов, показал, что 23 % из 300 опрошенных пасторов признались, что за время своего служения имели неподобающие сексуальные отношения с женщинами, которые не были их женами; 12 % признались, что имели сексуальные связи вне брака; 18 % – в сексуальных контактах другого рода (таких как страстные поцелуи или ласки); и только 4 % сказали при этом, что были разоблачены⁸.

Да, цифры, полученные в христианской среде, ниже, чем у всего населения, но вполне возможно, что в силу позорности подобного поведения церковнослужители эти цифры занижают. Возможно, эти показатели ниже реальных, но для христианских лидеров они все-таки слишком высоки. Печально также, что среди их прихожан уровень супружеской неверности, скорее всего, близок к тому, что наблюдается среди всего населения страны. И сказать, что для дерзающих носить имя Христа это много, – значит не сказать ничего.

³ David Kramer, «The Kennedy Complex: Why They Womanize», McCall's, August 1991, p. 44.

⁴ «Woman Says She Was JFK's Mob Liaison», Chicago Tribune, October 7, 1991, sec. 1.

⁵ Kramer, «The Kennedy Complex», p. 45.

⁶ «How to Cheat on Your Wife – And Not Get Caught!» Radio-TV Interview Report, September 15, 1991, p. 34.

⁷ Grant L. Martin, «Relationship, Romance, and Sexual Addiction in Extramarital Affairs», Journal of Psychology and Christianity 8, no. 4 (Winter 1989): 5.

⁸ Raymond T. Brock and Horace C. Lukens, Jr., «Affair Prevention in the Ministry», Journal of Psychology and Christianity 8, no. 4 (Winter 1989): 44.

Драма Бена и Линн

Кем-то хорошо сказано, что люди и Слово Божье – единственное, на что стоит тратить время. И именно рассказами людей (разумеется, с измененными именами и обстоятельствами) я собираюсь делиться с вами в этой книге. Слушая их, мы будем ощущать их боль и при этом стараться понять, что же представляет собой самое разрушительное событие супружеской жизни – внебрачная связь.

Для начала хочу ознакомить вас с историей Бена и Линн. В ней в сжатом виде характеризуются многие аспекты этой болезненной темы, поэтому она сразу же задает нужное направление нашему разговору. Далее мы подвергнем эту историю более глубокому анализу.

«Идеальная пара»

Бен рос в семье, где царили теплота и любовь, где мать всегда о нем заботилась и была очень ласкова, где улыбчивый отец уделял ребенку много времени, вникая в его интересы. У Бена, как и у отца, была способность к актерскому искусству. Для него было естественным идти по стопам отца, и многие уже стали утверждать, что по своему таланту он превосходит пользующегося популярностью отца, который довольно много сделал для местного любительского театра. Отец был основателем христианской радиостанции, и такие разговоры не беспокоили его, – он неизменно приветствовал увлечения Бена. Мать и отец всегда оказывали ему эмоциональную и материальную поддержку.

А отец Линн умер от болезни, когда ей было шесть лет. Мать и две дочери сплотились в своей маленькой семье и стали жить дальше. Времени жалеть себя не было – мать много работала, а девочки делали все по дому, включая приготовление еды. Все шло хорошо, хотя никто не мог расслабиться, проявить легкомыслие, повеселиться. Каждый научился делать свое дело хорошо, и жизнь их была похожа на отлаженный механизм.

Бен и Линн познакомились в колледже; они сразу же подружились и стали встречаться. Бену очень понравилась Линн и то, как она управляет со своими обязанностями. Сам он был склонен к более спонтанному поведению; его мать считала, что это свойственно всем хорошим актерам. Интуиция подсказывала ему, что Линн с ее организованностью будет ему хорошей парой.

Линн нашла в Бене ту притягательную мужественность, которой ей всю жизнь не хватало. Для нее он был источником хорошего настроения, и с ним ей было безопасно; ее же главным качеством была деловитость. Казалось, они были просто созданы друг для друга.

Женившись, Бен продолжил учебу с целью стать, как и отец, радиожурналистом. У них с Линн родилось трое детей. Для Линн это было вполне естественно. Бен в качестве продюсера и режиссера поступил на работу в организацию, основанную его отцом, и все у него шло исключительно хорошо.

Казалось, что домашним заботам не было конца; в семье все постоянно куда-то спешили. Дети все время куда-то уезжали: на игры, на занятия, в школу. Учеба в удаленной частной школе означала, что друзья их жили не по соседству, что вынуждало их совершать дополнительные поездки.

С другими парами, которые тоже были захвачены бесконечной гонкой, Бен и Линн на эту тему иногда обменивались впечатлениями и шутками. Но ничего не менялось. Однажды поздно ночью, лежа в постели и глядя выпуск новостей, Бен заметил, как Линн идет по коридору и разносит чистую одежду по детским спальням. Она была прекрасной матерью, но Бен вдруг смутно почувствовал, что они как бы сбились с пути. Но как он мог жаловаться? Он же знал, что Линн ежедневно доводит себя до изнеможения.

Со стороны их брак казался удачным, даже идеальным. Но Бена не покидали сомнения и ощущение пустоты. Сначала он пытался отгонять такие мысли. Когда это не помогало, он пытался поговорить с Линн, но времени, похоже, на это всегда не хватало. Линн постоянно куда-то мчалась, готовила, убирала, помогала делать уроки.

«Успех» на работе

Постепенно Бенн все больше и больше погружался в свою новую работу, и беспокойство по поводу чрезмерной занятости и нехватки времени на общение с женой уменьшилось. На новой работе требования предъявлялись высокие, но Бен преуспевал и уже стал вызывать восхищение коллег как в самой студии, так и за ее пределами.

Некоторые работники радиостанции открыто хвалили труды Бена, и он почувствовал, что их признание придает ему силы. Его помощница Уитни, казалось, особенно восхищалась его работой. Она была человеком душевным и веселым, но вместе с тем знала свое дело и была очень полезным сотрудником. Когда до выхода в эфир оставался час, она умела сделать так, чтобы все начинало работать.

Бена, естественно, восхищало такое сочетание качеств у Уитни. Она была замужем, но детей у нее не было. Она приносила частицу юмора в дело, которое обычно бывает довольно серьезным. Большинство в их коллективе воспринимали себя серьезно, но Уитни была скромнее. Несмотря на свои способности, она, похоже, не была излишне самолюбивой.

Бен и Уитни, а также некоторые их коллеги, стали после эфира вместе обедать. Однажды в такой группе остались только они вдвоем и еще одна женщина, и они весело провели время. Они говорили и смеялись над недавними эпизодами из их семейной жизни, и Бену это подняло настроение.

Возвращаясь домой, он думал, как много времени прошло с тех пор, когда он вот так же проводил время с Линн. Он дал себе слово все изменить и попросил ее найти время для беседы в конце этой или следующей недели. Но, после того как беседа несколько раз в последнюю минуту отменялась (из-за визитов к ортодонту или родительских собраний), он прекратил попытки вклиниться в сверхплотный график Линн.

Атмосфера накаляется

Вскоре Бен и Уитни стали обедать почти всегда вместе. Закрыв студию, она обычно заходила на минутку к нему в кабинет, чтобы поблагодарить за умелое руководство. Кроме того, они часто встречались друг с другом на различных мероприятиях, где, как правило, присутствовали и другие пары. Временами Бену было неловко из-за того, что Уитни открыто им восхищалась, но брак ее казался прочным, и его опасения развеялись.

Но лишь до того вечера, когда после работы она как всегда зашла, чтобы поблагодарить его. Нахлынувшие вдруг чувства стали для него полной неожиданностью. Он хотел, чтобы она чуть задержалась, но она быстро ушла. Возвращаясь домой, он чувствовал себя неловко. Ему хотелось поговорить с Линн, но он понимал, что об этом не могло быть и речи. А все, что нужно было знать Линн, – это то, что ее муж начинает увлекаться другой женщиной. И он выбросил это из головы.

Чтобы не влюбляться в Уитни, Бен попытался создать между ней и собой некоторую дистанцию. Этот ход был явно успешным, потому что несколько месяцев спустя, закончив делать запись, Уитни остановилась у его кабинета и спросила, нельзя ли поговорить. Он знал, что нужно было сказать «нет», но обида в ее голосе вызвала к его чувству справедливости. Он понимал, что должен рассказать, почему избегает ее.

Когда она присела, Бен даже не стал дожидаться, пока она заведет разговор. Он выпалил, что, как ему кажется, начинает влюбляться в нее и, следовательно, должен ее избегать. Она тут же поведала о взаимном чувстве. Через несколько месяцев это вылилось в полноценные любовные отношения.

Спустя восемь или девять месяцев Бен начал подумывать о том, как бы эти отношения прекратить. Его беспокоили спонтанные высказывания Уитни в присутствии других людей – те уже стали недоуменно поднимать брови. Она становилась все менее и менее осторожной в отношениях с ним, и он почувствовал, что ее вовсе не волнует, что кто-то может о них узнать. Он пытался поговорить с ней об этом, но проводимое вместе время было столь быстротечно и насыщено страстью, что, похоже, ему не удалось добиться ее понимания.

Пока что никто ни о чем не догадывался, хотя Линн уже стала задавать вопросы о поведении Уитни. Напряжение нарастало, и он был вынужден стать более хитрым. Где он был? Когда вернется? Где тратит свои силы? Ему было отвратительно обманывать Линн, но теперь это уже стало образом жизни. Уитни того стоила, или так ему казалось.

Когда же она начала с ним разговор о том, чтобы бросить супругов и самим пожениться, он испугался. На это он пойти не мог: из-за репутации, детей, жены, родителей, карьеры. Это было слишком большой жертвой ради Уитни, независимо от того, как сильно он ее любил. А Уитни уже фактически стала строить планы ухода от мужа, и Бен понял, что дня нее эти отношения значили гораздо больше, чем дня него. Он все яснее и яснее стал понимать, что попал в ловушку, но никак не мог заставить себя положить этому конец.

И вот Уитни уже заговорила о дне и времени ухода, о планах на свадьбу. Бен еще больше разнервничался и расстроился. И до сих пор никто не догадался об их связи. Уже несколько раз он попадал в рискованные положения, но ему всегда удавалось выскользнуть. Отказ от отношений с Уитни или развод – он не считал такую постановку вопроса абсолютно неизбежной. «Почему Уитни не может оставить все как есть?» – размышлял он, обеспокоенный тем, что та настойчиво продолжала накалять атмосферу.

Подобные вопросы вызывали гнев и обвинения со стороны Уитни. Она обвиняла его в том, что он ее не любит и хочет выйти из игры. Он почувствовал угрозу шантажа. У Уитни появилась возможность испортить его безупречную репутацию на радио. Она все больше и больше притязала на его время. Его беспокойство разрослось до гигантских размеров.

Дома сексуальные ласки жены только убивали его желание. Он хотел лишь, чтобы его оставили в покое. Когда же он был с Уитни, все было по-другому. Это была своего рода компенсация за жуткий дискомфорт, который он ощущал дома.

В конце концов, после постоянных и мучительных раздумий, Бен раз и навсегда решил, что продолжение обмана не стоит таких жертв. Он знал, что должен разрубить этот узел.

После следующей передачи Уитни, вероятно, почувствовав его смятение, стала подталкивать его к вполне конкретному побегу. И хотя он приготовился прекратить отношения, но когда она заговорила о настоящем побеге, ему это понравилось. Это же выход! Больше не надо маскироваться. Бен слышал, как в душе говорил «да» всем ее планам, но разум подсказывал, что нужно идти домой и рассказать Линн всю правду. Сейчас или никогда.

Тайное стало явным

Линн, как он и ожидал, пришла в ярость. Она сразу же позвонила начальнику Бена, исполнительному продюсеру. Все время до прихода продюсера и его жены Линн плакала одна в спальне.

Линн слышала звонок в дверь, но появилась, только когда они уже вошли. Ее как будто прорвало. Она беспрерывно ругала Бена, обзывала его всеми словами, которые знала, распра-

шивала о связи, но, не дав ответить, начинала ругать его. Наконец, спустя пару часов, поток ругательств, оскорблений, слез и гнева стал иссякать.

Жена продюсера была потрясена. Самого продюсера волновала ситуация на работе, поскольку Бен в огромной степени ассоциировался со своим отцом, основателем станции, а Уитни, как известно всем в их среде, тесно сотрудничала именно с Беном. Продюсер задал несколько конкретных вопросов, и всем стало понятно, что он чувствует себя преданным и одураченным, поскольку его так ловко вводили в заблуждение.

Из беседы Бена с продюсером Линн узнала несколько неприглядных фактов. Когда Бен время от времени всхлипывал, она металась между жалостью к нему и еще большим негодованием. «Ну и лицемер же он», – периодически повторяла она про себя.

Услышав же, что Бен и Уитни готовились бежать из города на следующей неделе, она бросилась к телефону в спальне, чтобы позвонить мужу Уитни. Она хотела убить их обоих и даже сказала Бену, чтобы тот убирался со своей любовницей и не появлялся ей на глаза. Сначала она кричала, чтобы он сейчас же ушел из дому, затем передумала.

Наконец продюсер с женой собрались уходить. Но прежде чем уйти, продюсер без долгих рассуждений тут же, «на месте», уволил Бена, велел ему освободить рабочий стол перед записью следующей передачи. Не было никаких возражений, никаких консультаций с советом директоров, никаких предложений по выводу Бена из угнетенного состояния и возвращению его к службе, или хотя бы к жене. В тот момент Бен испытывал такой стыд, что легко согласился просто тихо исчезнуть. Он не знал, что есть какой-то иной выход.

Спустя две недели они покинули городок; Бен ехал в одной машине, а Линн с тремя детьми – в другой, в автофургоне с прицепом. Впереди лежал путь в 1500 миль. Они съезжались с его родителями. Больше им ехать было некуда.

Все сначала

Расспросы родителей омрачили их приезд. Денег не хватало, поэтому, когда представилась возможность, Линн ухватилась за работу нештатного преподавателя. Это была первая работа вне дома за десять лет. Позорный отъезд, длительный переезд на машине, увольнение Бена, новая карьера Линн, новые школы дня детей, финансовая неопределенность и потеря друзей – все за три недели! У Линн даже не было времени над этим поразмыслить. Потрясенная историей Бена, она чувствовала себя опустошенной, сбитой с толку, почти нетрудоспособной. На новом месте никто не знал об их истории, но они беспокоились, что тайна может раскрыться.

Положение начало улучшаться. Бену подвернулась работа водителя автобуса. Водить туристов в парки центральной Флориды – едва ли подходящее дело дня человека с высшим образованием и опытом работы на радиостанции, вещающей на всю страну, но он надеялся, что это хотя бы поможет справиться с безденежьем. Кроме того, он будет чем-то занят и угнетенное состояние рассеется. И еще он стал помогать пастору из новой церкви в работе с пасторой. Бен и Линн, вдвоем, стали посещать душепопечителя в центральной Флориде.

Во время первой встречи специалист по супружеской терапии попросил их рассказать свою историю. Это спровоцировало новую вспышку гнева. Линн не могла себя сдерживать, поэтому Бен вышел из комнаты и вернулся, когда она уже взяла себя в руки. Однако, когда Бен собрался посетить доктора один, она запаниковала. Вся эта история раньше была столь большой тайной, что Линн не могла больше переносить каких бы то ни было тайн и «конфиденциальных бесед», пусть даже с душепопечителем.

Когда душепопечитель высказал мнение, что для продолжения существования Линн как личности не обязательно нужен муж, она согласилась. В конце концов, она выросла в неполной семье, и там у нее все было в порядке. Но когда он сказал, что неверность есть в действитель-

ности проблема двоих, а не только Бена, она вновь разразилась оскорблениями в адрес мужа, стала оправдывать свое поведение в семье, обвинять мужа в гнусном предательстве и т. д.

Остальные сеансы ушли на то, чтобы помочь Линн осознать, что влиять на процесс примирения она сможет, только когда возьмет на себя часть ответственности за случившееся. Но в тот момент она вообще не была уверена, что хочет примирения. Ни к кому, кроме детей, она не чувствовала привязанности.

Линн нужно было успокоиться и сосредоточиться на отчуждении, которое имело место в их браке. Это отчуждение подтолкнуло Бена к увлечению другой женщиной. Постепенно она признала, что ухаживала за своими детьми так же, как ее овдовевшая мать. Линн делала все сама; она поступала так, будто была матерью-одиночкой, хотя была замужем за Беном.

Таким образом, Бену в эмоциональной сфере пришлось полагаться только на себя. У Линн всегда было много забот, у нее были малыши, которых она могла приласкать. В какой-то момент Бен «умер», постепенно ушел из их жизни. Когда у нее возникли подозрения, а потом и раскрылась правда, она старалась отрицать, что эмоционально отстранилась от мужа, и еще больше нагроулила себя работой. Ей казалось, что, бросаясь от одного дела к другому, она не будет чувствовать боли. У нее не было времени задуматься, почему она избрала Бена, вспомнить ту милую, веселую атмосферу, которую столь редко видела в детстве.

Преподавание позволило Линн большую часть дня жить в другом мире. Однако, приходя после работы домой к детям, свекру, свекрови, двум спальням и двум ванным комнатам, она быстро возвращалась к суровой реальности. Каждый день между 16:00 и 22:00 гнев и боль, похоже, вновь вспыхивали в ней.

Но стало происходить и нечто другое. Во-первых, Линн уже не могла задерживаться вечером на кухне для мытья посуды, потому что дом был не ее. Во-вторых, в спальню она приходила заведенная, что вынуждало ее говорить с Беном. В-третьих, чтобы не беспокоить детей и родителей, им приходилось приглушать голоса. Благодаря этому Бену стало легче ее слушать. Были ночи, когда сна у них было мало, зато было много слез, и вынужденное общение по душам стало оставлять свой целебный след на их отношениях.

Это также помогло Линн понять, почему родители Бена были так рады тому, что она стала женой их единственного сына. Они полагали, что ее деловитость и организованность нужны были Бену, чтобы сосредоточиться на карьере. Поскольку Линн обо всем заботилась, у Бена все должно было быть хорошо.

Поняв это, она сначала обиделась. К тому же ей не нравилась привычка свекрови каждый день обнимать Бена. «Да как она может, когда сын ее был причиной всего этого безобразия и моей душевной боли?» – рассуждала она с горечью. Но, лучше присмотревшись к семье Бена, она начала осознавать, чего именно недоставало Бену в их браке. При всех ошибках его родителей Бен, по крайней мере, получал от них эмоциональную и физическую поддержку. И, как с грустью призналась она себе, получал от них гораздо больше, чем от нее.

А у Бена была масса времени для собственных размышлений – ведь он водил туристический автобус. У него также была возможность читать полезные книги, когда он ожидал возвращения пассажиров с экскурсии. Он стал понимать, почему ситуация сложилась именно так, и постепенно научился доходчивее говорить Линн о своих потребностях.

Шаг вперед, два шага назад

В это время руководство радиостанции попросило входившую в совет директоров супружескую пару, которая по делу находилась в районе проживания семьи Бена, посетить их и привезти новости. Сначала Бен и Линн обрадовались: наконец-то дома кто-то о них вспомнил и проявил интерес! Эта пара еще на старом месте оказала Линн большую поддержку; супруга

даже по своей инициативе сообщила ей, что у ее мужа в самом начале их совместной жизни была случайная связь, – и они пережили это, так что она с Беном тоже переживет.

Когда же они вновь встретились, стало ясно, что эта пара так и не разобралась со своей проблемой. Они в весьма осуждающей манере перечислили то, что должен делать «зловредный блудник» Бен, причем совсем не учитывая их нынешние семейные обстоятельства.

Этот визит отбросил Бена и Линн на их пути к исцелению на несколько шагов назад. В целом утверждение, что люди, не разобравшиеся со своей проблемой, скорее вредят, чем помогают, верно. Как вы узнаете дальше, полный и доскональный разбор любого случая неверности имеет решающее значение.

Эта встреча только разбередила раны Бена, вызвав у него воспоминания об обстановке, в которой происходила его связь. Ему захотелось вернуться домой и защитить себя; он был обескуражен тем, что никто на радио, похоже, не замечал его достижений и вклада в общее дело, – все заиклились на его «неблаговидном поведении». Он знал, что о нем говорили как об инициаторе этой связи и что Линн воспринималась как героиня, так как не бросила его, когда все раскрылось. Из него же сделали антигероя.

Что и говорить, Бену стоило больших усилий справиться со своим раздражением и горечью. Он понял, что хотя и не может изменить мнение людей в своем родном городе, можно трудиться над улучшением ситуации в семье, независимо оттого, что думают другие.

Трудный поиск ответов

Вскоре после этого визита душепопечитель попросил Бена сосредоточиться на истории своей семьи, а Линн – на мужчинах, которые покинули ее из-за смерти (отец), из-за вступления в брак (старший брат отдалился от нее), из-за внебрачной связи (Бен). Эти события играли исключительно важную роль в формировании отношения к мужчинам, которое от нее передавалось дочерям. Кроме того, оба получили задание читать книги. Линн – «Преодоление предательства. Как пережить его связи»; Бен – «Секс в запретной зоне. Когда наделенные властью мужчины – врачи, церковнослужители, преподаватели и другие – обманывают доверие женщин»⁹.

Бен стал изучать историю своей семьи, и отец проявил удивительную искренность. Он рассказал ему о своих собственных искушениях, что помогло Бену понять, почему, когда тайна раскрылась, отец посоветовал сыну вести себя так, будто ничего не произошло. Это был подход «с глаз долой – из сердца вон»: ты совершил это, уже ничего нельзя изменить, поэтому забудь о проблеме. Тот разговор имел революционное значение для Бена – он начал понимать, под влиянием каких факторов находился.

Наконец Бен с семьей переехал в свою собственную квартиру. Это придало ему ощущения независимости и стало знаком значительного прогресса в возвращении к прежнему состоянию. Линн вздохнула с облегчением, потому что ей больше не нужно было жить со свекровью. Кроме того, ее работа оказалась для нее положительным опытом.

Когда с момента позитивного сдвига прошло семь месяцев, Бен и Линн почувствовали, что у них все получится. Теперь Бен спокойно мог начать сожалеть о своих потерях (процесс, который мы рассмотрим в последующих главах), это очень огорчало Бена, но в такие минуты Линн уже могла утешать и даже ободрять его.

Они переехали в район, прилежавший к студенческому городку, где они когда-то жили. Им как бы представилась возможность вернуться в те счастливые времена! Это было еще

⁹ Jennifer Schneider, *Back from Betrayal: Recovering from His Affairs* (San Francisco: Harper & Row, 1989). Peter Rutter, *Sex in the Forbidden Zone: When Men in Power – Therapists, Doctors, Clergy, Teachers, and Others – Betray Women's Trust* (Los Angeles: J. P. Tarcher, 1989). Другие полезные источники приведены в списке дополнительной литературы (см. с. 331).

одним знаком того, что они находятся на верном пути. Их психотерапевт стал заниматься с ними упражнениями по восстановлению доверия и близости, о чем речь подробнее пойдет в главах 10 и 11. Им было нелегко, поскольку они приложили немало усилий, чтобы отдалиться друг от друга, но постепенно они стали находить друг друга.

Линн с трудом могла разглядеть в нежном прикосновении нечто отличное от сексуальной ласки. Бен научился быть с ней мягким и терпеливым, и ситуация улучшилась. Бен объяснил, что очень уязвим в отношении женских комплиментов, а Линн поняла, что едва ли когда-нибудь вслух выражала свое восхищение им. Годы, когда словами для выражения чувств не пользовались, нанесли Бену серьезный эмоциональный ущерб.

Пройдя годичную супружескую терапию, Линн все еще преподает, а Бену ужасно хочется вернуться на радио. Они еще не пришли к полному исцелению, но прогресс очевиден. Они вместе, потому что хотят этого, а не потому, что нет других альтернатив. Им просто хорошо друг с другом; они не играют в игру «кто дольше продержится». Они абсолютно честны друг с другом; знают, что скрывать нечего.

Недавно они приняли решение поделиться с близкими друзьями тем, что узнали за прошедший год о своей прежней жизни и взаимоотношениях. И, возможно, через некоторое время другие пары, пытаясь преодолеть последствия измены в своих браках, начнут искать поддержки у Бена и Линн. Бен и Линн смогут передать дальше исцеление, которое получили сами.

Несколько уточнений

Действующие лица

Во внебрачные связи вступают представители обеих сторон. Это важный момент, который следует прояснить в самом начале книги. Мужья могут обманывать жен, и жены могут быть неверны своим мужьям. Хотя это кажется довольно очевидным, важно это четко осознавать.

Трех главных действующих лиц любовного треугольника мы обозначим следующими терминами:

Изменник, изменница – это супруг, супруга, которые сбиваются с пути истинного и вступают в незаконные отношения вне рамок брака.

Супруг, супруга – это жена или муж, которого обманывают, то есть тот, кто не сбивается с пути истинного.

Партнер, партнерша – это человек, с которым у изменника связь.

Для большей ясности и связности я буду в основном использовать термин «изменник», то есть слово мужского рода. Соответственно, того, кто вступает с ним в связь на стороне, я буду называть «партнершей». (В книге не рассматривается случай, когда мужчины вступают в гомосексуальную связь, хотя многое из того, о чем здесь будет говориться, применимо и к такому типу отношений.) Тем самым я не хочу сказать, что только мужчины обманывают своих жен – в нашу эру сексуальной свободы и ломки традиционных представлений о ролях полов обратное происходит нередко. (На самом деле сегодня кривая измен среди молодых жен растет стремительнее, чем среди мужчин той же возрастной категории.)

Таким образом, читая эти страницы, вы спокойно можете заменять «изменника» на «изменницу», если это больше подходит к вашей ситуации.

Грех и вина

Когда вы будете читать эту книгу, у вас, возможно, возникнет подозрение, что мне не хочется называть супружескую неверность грехом, а измену тем, чем она на самом деле является, – изменой.

Ничего подобного! Бог осуждает такое поведение, и, я полагаю, читатели согласны с тем, что оно греховно. Тем не менее, когда подобная связь становится достоянием гласности, самое важное – это сострадание и понимание, а не осуждение. То, что неверный супруг изменил супруге, ясно всем, а то, как исправить и заново выстроить отношения в браке, – нет.

Развод

Данная книга – это не трактат о Божьей воле в отношении развода и повторного брака. Тема эта необъятна и сложна, и мне не хотелось бы здесь в нее углубляться. Подход мой таков:

1. Бог ненавидит развод (Мал. 2:16), впрочем, как и те, кто через него прошел.
2. Бог хочет, чтобы в случае супружеской неверности мы стремились к прощению и примирению.
3. Однако, в силу особой биографии супруга, характера ухода из семьи или нанесенного оскорбления, боязни разобраться в трудных вопросах и т. п., примирение в браке после измены может стать невозможным. Для предотвращения развода следует сделать все возможное, но, с точки зрения Библии, измена все-таки служит основанием для развода (Мф. 19:1—12). Важно понять, что, предпочитая именно такой выход, многие люди просто бегут от своих проблем. Цель книги – показать, что есть и другой путь.
4. Развод – это нездоровое решение проблем брака. Тому, кто страдает, он может казаться лучшим способом уйти от проблем, но таковым он на самом деле не является. Жертвы измены должны предпринять попытку пройти через процесс реабилитации, описанный в этой книге, даже если развода избежать не удастся. Разобраться в незавершенном деле (то есть нерешенных проблемах) «завершившегося» брака абсолютно необходимо. Отказываясь от этого, вы рискуете вновь вступить в неудачный брак.

Для кого написана эта книга

В некотором смысле эта книга предназначена для всех состоящих в браке людей. Зная суть падшей человеческой природы, мы понимаем, что неверность представляет опасность абсолютно для всех. Но в первую очередь книга написана для тех, кого неверность уже коснулась, над чьим браком подобная угроза нависает в данный момент, а также для тех, чей брак уже распался. Тем, кто разведен или ушел из семьи, книга поможет понять, что случилось в их браке. Она также будет полезна тем, кто в качестве профессионального душепопечителя или просто близкого друга пытается помочь пострадавшим от этой беды.

В идеале книга должна ответить на вопросы тех пар, которые после раскрытия связи нуждаются в помощи для восстановления разрушенных основ брака. Я решил написать книгу для тех из вас, у кого нет никого, кто бы мог помочь в процессе реабилитации. Вопрос этот столь деликатный и непростой, что многим парам нужна помощь со стороны. Как заявила мне одна пара: «У нас ничего бы не получилось без душепопечения! Мы абсолютно убеждены, что опустили бы руки, так и не узнав, каким путем следовало идти». К сожалению, рядом не всегда есть специально обученный душепопечитель, поэтому я старался писать предельно конкретно и недвусмысленно, излагая материал в стиле пособия для самостоятельной работы.

Для тех из вас, кому повезло попасть на хороший курс психотерапии, эта книга будет своего рода теоретическим подспорьем. Вы увидите, что она вас будет ободрять; польза ее в том, что вы сможете проверить, каковы ваши успехи.

Тем из вас, кто еще не рассказал о своей тайной связи, – будь то прошлой или текущей, – эта книга поможет собраться с духом, чтобы рассказать о ней и встать на путь исцеления. Вы поймете, что сокрытие тайны ведет лишь к дальнейшему разладу в вашей жизни.

Легко не будет

Как знают все проходящие через этот процесс пары, собирание кусочков брака не бывает легким, предсказуемым, рациональным, поступательным; люди, которых затронула неверность, редко поступают рационально. Внебрачные связи делают с ними странные вещи. Чувство нормы теряется. Нужно заново создавать границы.

Если эта книга попадется вам, когда уже пройден некоторый путь для примирения, возможно, вы будете слегка обескуражены тем, сколько еще нужно пройти. Если таково ваше ощущение, рассматривайте книгу как череду указателей вдоль дороги. Возможно, вам действительно нужно пройти еще какую-то дистанцию, но не падайте духом, ведь такой путь не может быть легким. Многие пары, которые я консультировал в период реабилитации, подтверждают мое предположение: если одному из вас или обоим все еще больно говорить на эту тему, значит вы недостаточно о ней говорите. В вашей истории есть много потаенных мест, которые необходимо исследовать. Пусть благодаря материалу, изложенному в этой книге, негативный опыт даст позитивные результаты.

Большинство описываемых в книге процессов понятны и просты. В других местах чувства будут говорить вам, что речь идет о чем-то далеком от истины. Восстановление брака – дело исключительно сложное и не всегда вписывается в предлагаемую схему. Но не опускайте руки. Будьте настойчивы. Если вы проявите стойкость, то пройдете сквозь эту страшную бурю.

Тем же, кто узнал о связи супруга только что, хочу сказать, что сейчас не время решать, сохранить брак или нет. Ваша боль и негодование слишком велики. Постепенно вы пройдете через большую часть того, что я здесь описываю, и пока не важно, сохранится брак или нет. Поэтому начинайте разбираться в себе; остаться или уйти – вы решите позднее.

Многое из того, о чем говорится в книге, относится к вещам трудноуловимым. Речь идет о хрупких и изменчивых сферах души и взаимоотношений супругов. Есть множество средств, которыми близкого человека (а также себя) можно либо травмировать, либо исцелить. От вас зависит, как ими распорядиться.

Тому, кто остался один

Если вы хотите возродить брак, а ваш супруг нет, или же если изменник снова, после того как вы развелись, вступил в брак, здесь вы найдете помощь и утешение. Есть способы расшевелить упрямого супруга или изменника, о чем будет говориться в главах 7 и 10. Тем, кто уже развелся, в книге предлагается способ избавиться от страдания, предлагается пройти «ретротерапию» в своем собственном сердце.

Возможно, в вашей ситуации изменник вернулся в брак, больше не встречается с партнершей, однако отказывается разобраться в происшедшем. В этом случае изменник обычно делает вид, будто проблема решена, поскольку брак не был разрушен. Но если ничего не изменить, будут воспроизводиться ситуации, которые как раз способствовали возникновению связи. Если ваша ситуация именно такова, чтение данного материала придаст вам уверенности и задаст направление вашим действиям.

Здесь уместно дать два совета тем, кто остался один.

1. Не используйте эту книгу в качестве источника «убийственных» аргументов и не читайте ее лишь с надеждой заставить вашего супруга прочитать ее тоже. Примените ее материал лично к себе. Изменение вашего отношения к супругу будет для него достаточным сигналом о том, что происходит нечто важное. Если есть возможность поговорить о происходящих с вами изменениях, сделайте это; но говорите только за себя: что вы делаете, что вы узнали, что происходит в вашей душе и браке. Избавьте от этого супруга. Возможно, он еще не готов. Правильно было бы сказать следующее: «Я читаю великолепную книгу о преодолении последствий внебрачной связи. Эта книга полностью меняет мое представление о том, что случилось в наших отношениях. Я знаю, часть вины лежит на мне, но я никогда до конца не понимала, как способствовала тому, что случилось». Если он заинтересуется, то даст вам знать, особенно после того как увидит реальные изменения в вашей жизни.

2. Если супруг ушел от вас навсегда (например, вы развелись, и он снова женился), но вам кажется, что вы так и не освободились от последствий связи, что травма не зажила, я настоятельно рекомендую вам прочитать этот материал и откровенно поговорить с бывшим супругом в присутствии соответствующей третьей стороны.

Тем, кто хочет предложить свою помощь друзьям

Если вы, будучи дипломированным специалистом, пастором или просто другом, пытаетесь помочь какой-то супружеской паре добиться примирения, хочу поделиться с вами следующими соображениями:

1. Следите за тем, что происходит с вашими взглядами. Многие из нас имеют убеждения, ощущения, опыт, которые определенным образом настраивают нас, когда мы имеем дело с отношениями других людей. Никогда наши взгляды на брак не бывают более уязвимы, чем в тот момент, когда мы пытаемся помочь другой паре преодолеть измену. Мы обнаруживаем, что решаем те же вопросы с собственным супругом. Работая над этой книгой, я испытал такое воздействие и нашел его благотворным.

2. Конечная судьба брака ваших друзей от вас не зависит. В большинстве случаев пара, с которой вы работаете, приняла решение о женитьбе до того, как вы появились в их жизни. Вы не были причиной их союза и не сможете удержать их вместе. Дайте паре свободу идти своим курсом. Временами у вас будет возникать желание управлять процессом исцеления, но ради пользы самой пары следует воздержаться от этого.

3. Не позволяйте паре вовлекать вас в их отношения (явление, получившее у специалистов название «образование треугольника»). Если это случится, обе стороны будут стараться сделать вас своим союзником. Не забывайте, что измена была именно образованием противоестественного треугольника, во что может вылиться и ваша излишняя вовлеченность.

4. Следите, чтобы супруги, общаясь друг с другом, были искренни. Не допускайте, чтобы одна сторона делилась с вами секретами, в надежде сделать вас своим союзником. Помните, измена – наихудший из секретов, от которого пострадал брак, и еще один секрет пользы не принесет. Временами ваша нейтральность может показаться жестокой, особенно если отношения с одной из сторон у вас более близкие, чем с другой (например, если это ваш школьный товарищ). Вы будете испытывать сильное желание вмешаться и взять его под защиту, но должны сдерживаться.

5. Если чувствуете, что больше их утомились в этой работе, значит вы вовлеклись больше, чем следует. Это не означает, что подобные занятия не могут быть утомительными; следует, однако, контролировать степень вашей вовлеченности. Вы не должны усердствовать больше, чем они.

6. Постоянно держите в уме мысль, что материал книги представляет собой собрание практических советов, призванных помочь в процессе прощения, примирения и возрождения

брака. Их ни в коем случае не следует рассматривать как замену того, что может сделать Бог. Стараясь помочь своим друзьям или тем, кого вы консультируете, прибегайте к молитве и держитесь Божьего слова. Прощение и примирение – всегда чудо! Только Бог исцеляет!

Взрослым детям, чьи родители имели внебрачные связи

Некоторые из вас, читая этот материал, будут стараться понять, что произошло в браке ваших родителей, который был расколот или поколеблен неверностью. Дети редко обращаются к этой проблеме, пока сами не вступят в брак. Поскольку вы наверняка хотите, чтобы ваши отношения в браке отличались от тех, что были у родителей, продолжайте читать. Сейчас самое время ознакомиться с этим материалом.

Возможно, вы обнаружите, что ваше восприятие проблемы весьма отличается от восприятия родителей. Я настоятельно рекомендую поговорить с ними после прочтения книги (или даже во время чтения). Возможно, сейчас они более расположены говорить о своем опыте, чем когда вы были в юном возрасте.

Будьте готовы выслушать обе стороны. Если в результате измены брак распался, возможно, вы предоставляете им первый шанс залечить раны, которые они получили много лет назад. Послушайте каждого из них по отдельности. Задайте им вопросы, чтобы выяснить их ощущения, и послушайте, какие они извлекли уроки. Не дайте «тайной проблеме» быть похороненной заживо, чтобы потом вдруг дать о себе знать. Вы поступите правильно, если прольете свет на нее сейчас. Супружеские измены действительно представляют собой недуг, который передается от одного поколения к другому, и это будет происходить бесконечно, если не попытаться от него избавиться.

Главный причинный фактор всякой связи – страстное желание ощущать безусловную любовь и заботу, которые в свою очередь включают в себя такие компоненты, как чуткость, игривость, романтичность, секс и признательность. Некоторые люди из семей, пострадавших от внебрачных связей, имеют такие огромные запросы, которые не сможет удовлетворить никакой супруг, но они тем не менее несут их с собой, словно багаж, в свой брак. Если вы подпадаете под такую характеристику и у вас уже есть семья, незамедлительно начинайте работать над этой проблемой.

Тем, кто помышляет вступить во внебрачную связь

Этот заголовок, вероятно, шокирует многих христиан. Некоторым кажется, что сам факт признания того, что кто-то сознательно рассматривает такую возможность, уже есть оправдание этого явления. Вовсе нет. В нашей культуре почти все задумывается об этом. Если кто-то и не помышляет о связи, то он или она боится, что в нее может вступить супруг или супруга. Пора перестать отрицать широкую распространенность внебрачных связей в христианской среде. Пора открыть глаза и посмотреть на эту проблему при свете дня.

Вам как воздух необходима эта книга, если вы:

- помышляете вступить во внебрачную связь с кем-то, кого знаете по работе, общественной или церковной деятельности;
- надеетесь, что супруг попадет в аварию, заболеет раком или погибнет от другой напасти, и вы тогда сможете иметь «законные отношения»;
- надеетесь, что у супруга тоже будет связь, чтобы и вам поступать как заблагорассудится;
- желаете, чтобы дети начали жить отдельно, чтобы безболезненно для них выйти из брака;
- имеете другие предшествующие измене помыслы.

Лелея такие мысли, вы просто надеетесь, что супруг ваш каким-то волшебным образом получит «сигнал» о том, что вы не удовлетворены отношениями с ним. Чувствуя, что никаким иным способом не можете донести это сообщение до супруга, вы помышляете о внебрачной связи, которая освободит вас от брака. Такие помыслы – это бомба замедленного действия, и вы должны отключить ее сразу, иначе неминуемо пострадаете от взрыва.

Вам стыдно, вы подавлены, вы чувствуете, что вас не слышат и никому до вас нет дела? Может быть, вам кажется, что вы в тупике, что вы бессильны, беспомощны и находитесь в отчаянии из-за того, что, например, стареете? Может быть, вы раздосадованы тем, что супруг игнорирует ваши потребности? Вы чувствуете, что живете за стеной – никакие сигналы, похоже, не доходят до супруга? В общем, вы ощущаете себя «мертвой» и пытаетесь понять, остались ли между вами хоть какие-нибудь чувства. Все превратилось в обязанность, рутину, в жизни почти нет «ярких красок». И если другие будут удивлены, или даже потрясены, вашей оценкой собственного брака, вы-то знаете, что то же самое можно сказать и о них самих.

Я настоятельно советую прислушиваться к своим чувствам. Связи на стороне никогда не решают породившие их проблемы. По своей природе связи – это искусственные миры, отгороженные от реальности. В глубине души вам это известно, но вы находите большое эмоциональное удовлетворение в фантазиях на тему совершенных отношений вне брака.

Позвольте мне предложить лучший способ получить удовлетворение. Прочтите этот материал. Пусть он дойдет до вашей души, ваших чувств, вашего сердца. Он прошел испытание реальной жизнью и отражает опыт многих и многих людей.

Читая, обсудите этот материал с кем-нибудь из близких – с супругом или хорошим другом. Смею надеяться, между вами и супругом возникнет контакт, который будет эмоционально полезен для вас обоих и приведет к существенным переменам.

Что дальше?

В следующих двух главах мы будем разбираться в хаосе, который наступает в браке, если туда прокралась измена и вершит там свое черное дело. Внебрачные связи отличаются друг от друга, и первым важным шагом к выздоровлению станет выяснение, какой из трех типов связи стал угрозой вашему браку.

ГЛАВА 2

Разобраться в хаосе. Случайная связь и нездоровое пристрастие к сексу

Утомленный Билл решил вернуться в гостиницу, чтобы немного поспать, а затем перекусить перед вечерним семинаром. Войдя в комнату, он увидел, что кнопка сообщений на телефоне мигает: с самого утра его пыталась застать жена.

Перезвонив, он выяснил, что Гвен опять воюет с двумя их дочерями-подростками. «Ничего нового, – подумал он. – Они нормальные девчонки, но жене всегда нелегко контролировать их, когда я в отъезде». По тону ее голоса было件нятно, что она злится и обижена на него за очередной отъезд.

Расстроившись, он положил трубку и стал вспоминать, как ему было интересно, когда несколько лет назад он перешел на новую работу. Зарплата возросла невероятно, переезд на новую квартиру казался таким заманчивым; но некоторые вещи – главным образом семейные заботы – радости ему не доставляли.

Он пытался заснуть, но мысль продолжала бежать, и он не смог. Наконец, раздраженный, он вскочил с постели и решил перекусить немного пораньше – может быть, это приведет его в лучшее расположение духа. Вечером предстояла важная встреча, поэтому он уделил чуть больше времени своей одежде.

Подойдя к лифту, он подумал, что даже новый костюм, который был на нем сегодня, не добавил ему настроения.

На самом деле ему было немного удивительно, что он не ждет с нетерпением выступления д-ра Лоури, авторитетного специалиста, которого очень любил слушать. Но сегодня вечером, особенно после телефонного разговора, он просто не был к этому расположен.

Из-за того, что время было еще не вечернее, ресторан был почти пуст. Может быть, в этом тихом уголке ему удастся успокоиться.

Но все-таки, зачем Гвен нужно было звонить и все это выкладывать? С одной стороны, он переживал, что ей приходится быть дома одной, а с другой, злился на нее, поскольку они оба согласились на перемены в его карьере, оба знали, что следует ожидать частых поездок. Почему же она не может выполнять свою часть уговора?

И чем больше он об этом думал, тем больше раздражался. Изучение меню тоже не помогло. То, что обычно было приятным пунктом в его распорядке дня – обед или ужин в хорошем ресторане, – сейчас превратилось в нечто унылое. Он прочитал все меню дважды, прежде чем, наконец, решился сделать заказ. Даже продиктовав свой выбор официанту, он все еще пребывал в нерешительности. На мгновение у него возникло желание изменить заказ, но он тут же рассудил, что сегодня все равно никакая еда не покажется вкусной.

И только когда официант отошел от стола, Билл заметил привлекательную женщину, которая сидела в одной из кабинок по другую сторону прохода. Она была занята тем, что делала пометки в каких-то бумагах. Не подозревая о том, что на нее смотрят, она была поглощена своей работой.

Вот это да, она выглядит так, будто ей все в жизни удастся. Профессионалка и, надо признать, довольно привлекательная. *Он не мог не отметить, что на руке у нее не было обручального кольца. Она была немного моложе его.* Кому-то когда-нибудь посчастливится стать ее мужем.

Мысли его вернулись к Гвен; он стал вспоминать, какой деловой и привлекательной она казалась, когда он впервые ее встретил. Но семейная жизнь сделала свое дело. Да и он тоже сейчас не тот, что был раньше, размышлял Билл. Время никого не щадит.

Он бросил еще один взгляд на эту женщину, и, словно по какому-то волшебному сигналу, она в то же мгновение подняла глаза. Встретившись с ней взглядом, он испугался и тотчас отвернулся.

В последовавшие за этим минуты Билл не мог поверить в те чувства, которые внезапно на него нахлынули. Что это за клубок непонятных переживаний? Он не испытывал такого волнения с тех пор, как закончил школу. Он даже не знает эту женщину – увидел ее лишь пять минут назад. Каким-то неведомым образом он ощутил, что она видит, как в груди у него дико бьется сердце.

Возьми себя в руки. Перестань вести себя по-детски, не будь глупцом.

Он попытался направить свои мысли на что-нибудь другое. Но не удалось – попивая кофе, он обнаружил, что снова смотрит на нее. С этого момента новая встреча взглядами была лишь вопросом времени.

Она улыбнулась, он улыбнулся в ответ. Сидя по другую сторону прохода, она начала какой-то невинный разговор; она тоже была в командировке и тоже занималась коммерцией.

Она простодушно спросила, не хочет ли он пересест за ее стол. Почему бы нет? Приятно в полупустом ресторане встретить коллегу, который тоже находится в командировке. В дороге бывает одиноко, а короткая беседа скрашивает одиночество. Возможно, так я настроюсь на сегодняшний семинар. *Итак, он не отклонил ее предложение и юркнул в ее кабинку.*

Невероятно, но Билл сразу же понял, что ему ужасно нравится компания незнакомки. Она много путешествует и тоже имеет семью. Они выпили немного вина и, продолжая обедать, обменялись шутками. Подобно раскаленному песку, впитывающему воду, Билл подзарядился энергией от общения с ней и к моменту, когда принесли счета, чувствовал себя абсолютно освеженным.

Он знал, что пора отправляться на семинар, но она пригласила его в комнату, чтобы пропустить рюмочку-другую. Он понимал, что ему не следует идти – на самом деле он, похоже, и так зашел слишком далеко. Секунду он колебался. Но поскольку в душе у него была полная сумятица, он уже не заботился о том, чтобы придерживаться каких-либо правил. Я уже столько лет не ощущал в себе такой энергии и жизни! Приму ее предложение только один раз. Пропущу семинар, но ведь всегда можно заказать аудиозапись. Я управляю ситуацией.

Но ему это не удалось. Спустя несколько часов весь прилив энергии и жизни испарился. Он потерял контроль над собой, будучи опьяненным этой встречей.

Когда он бросился одеваться, чтобы уйти, она была обижена тем, что он уходит так быстро и не остается на ночь. Он же был невероятно зол на себя и на нее. Внутри у него бушевала такая буря, что, казалось, он вот-вот взорвется. Как он себя ненавидел за то, что сделал!

Вернувшись в свой номер, Билл попытался заснуть, но не смог. Он пытался выбросить происшедшее из головы, но безуспешно. Он был сам себе противен; он полностью испортил себе командировку. Билл решил отправиться домой раньше, несмотря на то что конференция заканчивалась только в пятницу.

Но, сделав все необходимое для обмена билетов, он тут же пожалел об этом. Он не был сейчас готов встретиться с Гвен. Может быть, мне не стоит рассказывать ей – в конце концов, тайна не причинит ей вреда. Нет, не получится. Мы никогда ничего не утаивали друг от друга. Он все думал и думал, не в состоянии сделать выбор.

Билл промучился все время, пока летел домой. Стараясь отвлечься от своей дилеммы, он тщетно пытался заняться бумажной работой.

Когда самолет приземлился, Билл принял решение преодолевать свою боль в одиночку. Он не может обрушить на Гвен такую «правду» и ожидать, что ее прощение избавит его от чувства вины. Он будет хранить тайну, делая вид, что ничего не случилось. Время лечит любые раны, не так ли?

Гвен прыгала от радости, увидев его, и ее реакция утвердила его во мнении, что решение принято правильное.

Однако в последовавшие месяцы ему было нелегко. Чем усерднее он старался выбросить привлекательную незнакомку из головы, тем чаще, казалось, она возвращалась. Иногда, вопреки здравому смыслу, он начинал надеяться на встречу с ней во время последующих командировок в тот же город. Он чувствовал вину, уже просто имея такое желание, но избавиться от желания не мог.

Несколько раз он даже предавался безумным фантазиям о том, как с его семьей произойдет какая-нибудь трагедия, которая развяжет ему руки для поисков незнакомки. Он знал, что это невозможно, и всегда испытывал ужас оттого, что лелеет такие мысли.

Билл бесконечное число раз про себя каялся пред Богом, но так и не почувствовал облегчения. Память об одноразовой связи породила в его сердце постоянные угрызения совести, с которыми нельзя было справиться умственными усилиями. Он знал, что не следует бояться разоблачения – незнакомые люди сходятся на одну ночь, зная только имя партнера. Происходит это далеко от дома, когда их никто не видит. Так было всегда.

И все-таки, почему ему так нехорошо? Почему он не может забыть, если это такой пустяк?

Со временем стало казаться, что даже Бог намерен напоминать ему о его прегрешении. Несколько коллег на работе, зная, что он единственный среди них христианин, обращались к нему за помощью, поскольку тоже испытывали чувство вины по поводу своих внебрачных связей. А один человек из его церкви, который хотел вернуться к своей супруге, попросил посоветовать, как это сделать.

Таким образом, Билл стал советовать друзьям поступать так, как не поступал сам. В церкви, на одном из семинаров, который он посещал, помимо прочего разбирался вопрос о том, как уберечь семью от внебрачных связей. В другой раз обсуждался вопрос о том, насколько важна для христианской семьи абсолютная честность. Вдобавок, как-то целых четыре недели пастор проповедовал на тему неверности. Биллу уже казалось, что весь мир знает о его тайне. Его личная боль, похоже, заполнила собой все.

Несмотря на это, Билл решил держать пока язык за зубами и посмотреть, не исчезнет ли боль с течением временем сама собой. Он даже решил заняться спортом. Физическая нагрузка оказалась полезной, поскольку на время ослабила внутреннее напряжение. Но через некоторое время Билл осознал, что не может больше бежать от чувства вины, стыда и угрызений совести.

Но как об этом рассказать? Вопрос очень деликатный, поэтому делать это нужно исключительно осторожно, иначе брак может рухнуть. Когда он готовился раскрыть тайну, беспокойство очень мешало ему сосредоточиться. Его работоспособность падала; начальник уже начал интересоваться, что же ему так мешает, и Билл понял, что снова погружается в депрессию.

Как-то ночью Гвен захотела с ним физической близости и он, к своему удивлению, отказал ей. Ему самому это было не очень понятно, но сама мысль о сексе с ней была ему почти отвратительна. Обида Гвен показала ему, что реакция его была слишком резкой, хотя и неосознанной. Он хотел приблизиться к ней, обнять ее и слезно поведать свою историю, но не смог себя заставить. Это была прескверная ночь дня них обоих.

Время шло, и месяцы вылились в годы. Билл не пытался раскрыть тайну, а все больше и больше ее хоронил. Их дети-подростки выросли и в конце концов покинули семейное гнездо. Дома дела у Билла и Гвен в сущности начали налаживаться. Их отношения не стали более близкими и душевными, но были, по крайней мере, сносными.

Билл и Гвен стали очень занятыми людьми. У них всегда была масса совместных проектов, и многие их друзья на самом деле думали, что они друг с другом очень близки. Общаясь между собой, они обсуждали свои проекты и дела, но никогда не говорили о себе. Они были

при деле, активны, всегда в движении, но в их общении отсутствовала близость, и, если уж на то пошло, она отсутствовала и на брачном ложе.

Сегодня они все еще вместе, но их жизнь в браке тускла. Оба они не одобряют развод, так что тянут лямку совместной жизни, но между ними все еще существует невысказанная тайна. Билл больше не «спотыкался», но, храня в себе неприятную тайну, чувствует себя скверно. Иногда ему ужасно тяжело, но он либо не может, либо не желает сбросить с себя этот груз.

Трагедия в том, что Билл и Гвен никогда не будут близки, пока не разберутся со своим тайным прошлым. Они никогда не узнают о травмах, страхах и навязчивых мыслях друг друга. Они никогда не узнают, что значит утешать друг друга. У них будет только погруженность в свое дело, много забот и вечная, вечная беготня.

Не напоминает ли история Билла и Гвен вашу собственную? Не гоняетесь ли вы каждый день за своим хвостом, не давая себе покоя, вместо того чтобы найти общий язык со своим супругом? Или же, если вы изменник, не поведавший о своей темной тайне, не устали ли вы постоянно носить с собой это бремя? Если да, на этих страницах вы найдете помощь.

Три типа внебрачной связи

Если супружеская пара хочет начать все сначала и ликвидировать вред, нанесенный браку связью, она должна ясно понимать, с чем имеет дело. Связи бывают разные, и способы их преодоления тоже разные.

Я выделяю три типа связи:

Тип I. Случайная связь.

Тип II. Осложненная связь.

Тип III. Нездоровое пристрастие к сексу.

История Билла и Гвен дает нам пример связи типа I. Называемая обычно «случайной», она «случается» довольно часто, особенно в нашем обществе, насыщенном информацией о сексе. Я решил дать пример случая с командировкой в другой город, потому что сейчас все больше и больше мужчин и женщин путешествуют, зачастую в одиночку. Совершенно очевидно, что возможностей для аморального поведения в последние годы стало гораздо больше.

В этой главе мы кратко рассмотрим связи типа I и III; затем, в следующей главе, мы скрупулезно разберем связь типа II. В данной книге я почти исключительно сосредоточусь на последней разновидности связи, типе II. Я называю этот тип связи «осложненными отношениями», потому что здесь на эмоциональном и сексуальном уровнях все весьма непросто. Отношения мужчин и женщин в таком типе связи сродни брачным отношениям. Их сходство с браком – одна из причин, почему они столь опасны: изменник удовлетворяет через них потребности, которые многие годы пытался (но, как правило, безуспешно) удовлетворить в браке.

Осложненные отношения – это не «одноразовая связь» (тип I) и не продолжительное нездоровое пристрастие к сексу (тип III), где можно обнаружить лишь намек на межличностные отношения. Иными словами, осложненная связь – это не «временный отказ от норм», как при случайной связи, и не безудержное влечение, как при нездоровом пристрастии к сексу. Более подробно о различиях связей мы поговорим дальше; сейчас же будет достаточно сказать, что в книге речь главным образом будет идти о связи типа II.

Почему столь много внимания уделяется связи типа II? Просто осложненная связь самая проблемная и наиболее распространенная разновидность измены, да к тому же ее труднее всего преодолеть, поскольку здесь замешаны серьезные чувства. В отличие от связи типа II, связь типа I довольно легко «лечится» (хотя это тоже серьезная проблема), а для связи типа III – нездорового пристрастия к сексу – требуется отдельная книга.

В таблице «Три типа внебрачных связей» дается характеристика этим связям. В каждой конкретной ситуации может происходить смешение трех типов, но в целом, прежде чем выбрать соответствующую терапию, связь нужно отнести к одной определенной категории.

Ознакомившись внимательно с таблицей, вы получите представление о характерных признаках каждого типа. Эта таблица служит начальным ориентиром для всего того, о чем будет говориться в книге, поэтому изучите ее внимательно. Она поможет вам разобраться в хаосе ваших отношений и сосредоточиться именно на том типе связи, от которого пострадал ваш брак, а может быть, брак вашего друга или близкого человека.

Связь типа I

История о том, как царь Давид возжелал прекрасную Вирсавию, увидев ее купающейся, – классический пример случайной связи. Давид страстно захотел Вирсавию, но потом она стала всего лишь одной из его многочисленных жен. С ней у него не было длительных отношений, в которых должны быть чувства, следовательно, этот случай нельзя отнести к связи типа II. Изменники, имеющие связь типа I, недолго «используют» своих партнеров и зачастую бросают их без какого-либо сожаления.

Три типа внебрачных связей

	ТИП I Случайная связь	ТИП II Осложненная связь	ТИП III Нездоровое при- страстие к сексу
Пример из Библии	Давид и Вирсавия (2 Цар. 11,12)	Самсон и Далида (Суд. 16)	Сыновья Илия (1 Цар. 2:22)
Общая характе- ристика	Случайная связь	Длительные отношения	Смена партнеров
Развитие	Быстротечное	Постепенное	Импульсивное
Эмоциональная вовлеченность	Отсутствует	Значительная	Отсутствует
Секс	«Одноразо- вый»; интен- сивный, стра- стный	Только спустя некоторое вре- мя, когда завя- залась дружба	Скорый, повто- ряющийся, со многими парт- нерами, приоб- ретающий все более извращен- ный характер
Угрызения совести / раскаяние	Обычно не- медленные и глубокие	Сначала отсут- ствуют — есть только некото- рое сожаление об утраченных отношениях; позднее раская- ние возможно	Только после того, как очеред- ной эпизод за- вершился; внут- реннее напря- жение нарастает, пока не проис- ходит очередной эпизод
Реабилитация	Может быть скорой, если имеет место прощение	Долговремен- ный процесс при наличии супружеской терапии	Сначала отрез- вление; затем индивидуаль- ная терапия; и только после этого — супру- жеская терапия

Раскаяние Давида также подходит под характеристику связи типа I. Когда Божий пророк Нафан поставил царя перед фактом его греха, тот довольно быстро с ним согласился (2 Цар. 12), то есть повел себя так, как характерно в случае измены типа I. Простое и смелое обличение обычно благотворно влияет на изменника, и после непродолжительной терапии «роман на одну ночь» так и остается единственным случаем.

Но это вовсе не означает, что данный тип связи безвреден. Связь типа I, с которой как следует не разобрались, может стать очагом неподобающего сексуального поведения в будущем, то есть привести к связям типа II или даже III.

Храня тайну случайной связи, как это делал Билл, вы выбираете наихудший способ решения своей проблемы. Строя вокруг тайны высокую стену, вы оставляете снаружи очень важных для себя людей, включая жену. Такая позиция не приведет к добру, и неизбежная потеря близости будет усиливать потребность в эмоциональной близости с другим человеком, то есть будет толкать вас к новой связи. Мало кому из нас удастся без конца притворяться; большинство людей чувствует, когда супруг чем-то встревожен.

Брак стоит на честности, и «пошедший на сторону» супруг (пусть даже единожды) должен полностью признаться в своем падении и как следует в этом разобраться; в противном случае тайна превращается в бомбу замедленного действия. И она либо в один прекрасный день неожиданно взорвется, либо будет медленно подтачивать ваш брак (как в случае с Биллом и Гвен, которые кончили тем, что потеряли ощущение близости). Здесь мы наблюдаем не бурный разрыв отношений, а их медленное угасание, хотя последнее не менее болезненно.

Процесс реабилитации после случайной связи очень похож на то, что происходит в случае осложненных отношений, и если пройти его до конца, с большой долей вероятности результат бывает положительным. Но нередко случается так, что изменник принижает значение своего «маленького проступка» и поэтому не говорит о нем жене. Если ваш случай именно таков, следует прочитать главу 12, которая посвящена тайным связям. Необходимо осознать, что мы имеем дело с явлением гораздо более серьезным, чем просто маленький проступок!

Связь типа II

В следующей главе мы детально рассмотрим, что представляет собой связь типа II, поэтому здесь подробно на ней останавливаться не будем. Если попытаться определить ее сущность в нескольких словах, то можно сказать, что в случае осложненной связи между изменником и партнершей, как принято говорить, «что-то происходит». Связь развивается медленно и постепенно. Как правило, они довольно хорошо друг друга знают; нередко вместе работают или имеют другие возможности часто и продолжительно общаться.

Изменник обычно думает, будто влюбился в партнершу. В этом типе связи много эмоциональной сумятицы: изменник и его партнерша испытывают истинные терзания, поскольку новые чувства обычно вступают в противоречие с тем, что они некогда испытывали к своим супругам. Вот почему эту ситуацию так тяжело исправить.

В незаконной связи они находят удовлетворение своей насущной потребности в общении, что я называю «смыслом связи» (о чем подробно говорится в главе 8). Выявление этой потребности (или потребностей) – решающий шаг на пути к полному и окончательному выздоровлению.

В таком типе связи корень проблемы зарыт очень глубоко, и, чтобы добраться до него, требуется настоящая «душевная хирургия».

Связь типа III

Связь типа III – это нездоровое пристрастие к сексу. Черты и динамика данного типа измены абсолютно отличаются от характеристик связей типа I и II. Потребовалась бы целая книга, чтобы проследить динамику подобных отношений (и несколько великолепных книг действительно написано, см. список дополнительной литературы в конце книги), поэтому мы лишь бегло сопоставим этот тип с двумя другими. Вам это поможет выяснить, соответствует ли ваш случай типу III или какому-то другому.

Полезно будет привести следующее определение нездорового пристрастия: «патологическая зависимость от какого-либо опыта, меняющего настроение и приводящего к пагубным для личности последствиям»¹⁰. У того, кто имеет нездоровое пристрастие к сексу, связь действительно меняет настроение; незаконные отношения нужны ему так же, как алкоголику выпивка.

Если быть точным, то перемена настроения, хоть и в меньшей степени, наблюдается также в связях типа I и II, но пусть вас это не смущает; характеристики этих типов не стыкуются с моделью поведения, свойственного типу III. Помните, что некоторые черты могут быть свойственны более чем одному типу, но, взятые в совокупности, они указывают на определенный тип связи.

Изменнику, участвующему в связи типа III, свойственны следующие черты поведения:

Обычно изменник в течение продолжительного времени чередует отношения с разными партнершами. Он может иметь, как говорят моряки, «в каждом порту по женщине». (Командировка в другой город есть современный аналог захода в порт.) Требуется изощренный обман, чтобы партнерши не узнали друг о друге, а супруга не узнала о многочисленных партнершах.

Желание иметь разнообразные сексуальные отношения становится все более непреодолимым, а сами отношения – *все более рискованными. Это может означать следующее: уходы днем с работы ради секса; извращенное сексуальное поведение, такое, как просмотр различного рода порнографической продукции; проституция (как мужская, так и женская); педофилия и т. д. Вполне вероятно, что у изменника могут случаться приводы в милицию, он может заразиться венерическими заболеваниями, включая и СПИД, может даже погибнуть от других инфекций или от рук кого-то, подобного ему самому.*

Эмоциональная привязанность, хоть и в малой степени, присутствует вначале, но со временем сходит на нет. В глазах изменника, партнерша все больше превращается в «сексуальный объект» и все меньше воспринимается как личность. Если секс становится основой отношений, тогда то, что начиналось как связь типа II, может трансформироваться в связь типа III.

Социально-экономический статус партнерши как правило ниже, чем у изменника. Если партнерша принадлежит к более низшему классу, изменнику легче нивелировать ее как личность, укрепиться в своем преимущественном положении и как можно дольше продолжать удовлетворять свою страсть.

Поскольку такие желания носят навязчивый характер, как правило, чтобы получить желаемое, изменнику нужно лгать, двоедушничать и даже красть. Поэтому традиционные методы терапии не действуют, пока он не «соскочит со своей иглы» и не протрезвеет. До тех же пор он будет исключительно своекорыстным и будет говорить все что угодно, лишь бы получить то, что утоляет его страсть. Изменник не соблюдает никаких строгих моральных норм, что бы он ни говорил. Супруги и терапевты, столкнувшиеся с подобной моделью поведения, должны знать, что имеют дело с плутом; иначе их постоянно будут водить за нос. Он будет притворяться тем, кем вы хотите его видеть, пока имеет возможность удовлетворять свою страсть.

Поведение изменника – это бесконечный бег по кругу. В результате, ему приходится все время прибавлять скорость, потому что очередная сексуальная «подзарядка» утоляет страсть на все более короткое время. Поэтому цикл «эйфория – депрессия» будет ускоряться, пока изменник полностью не потеряет над собой контроль. Вот почему некоторые из печально известных американских телевизионных проповедников конца 80-х – начала 90-х не нашли в себе сил отказаться от сексуального поведения, которым они в то время «прославились», – они были не в силах спрыгнуть со зловещей карусели, которая в конце концов их и сгубила.

Бесконечный бег по кругу, присущий связям типа III, иллюстрируется на рис. 1.

Нельзя добиться сколько-нибудь существенной реабилитации, пока изменник:

- не «очнется» и не перестанет вести себя так, как свойственно ему в последнее время;

¹⁰ John Bradshaw, *Healing the Shame That Binds You* (Deerfield Beach, Fla.: Health Communications, 1988), p. 15.

- не откажется искать новое нездоровое пристрастие взамен «утраченного» старого (например, злоупотреблять алкоголем или наркотиками, вытесняя непреодолимое сексуальное влечение);

- не продемонстрирует осознанного принятия должной системы ценностей;
- не станет дисциплинированным и ответственным.

Когда изменник, имевший связь типа III, в результате курса терапии и последующего отрезвления вынужденно становится более ответственным, то поначалу он чувствует жуткую скуку. Жизнь до отрезвления была куда интереснее! И хотя умом он понимает, что прежняя модель поведения была деструктивной, потребуется некоторое время, чтобы его ощущения пришли в соответствие с его новыми взглядами. За скукой последует депрессия, самоанализ и, наконец, – возврат к нормальному состоянию и ощущениям, которые необходимы для восстановления эмоциональной близости с супругой.

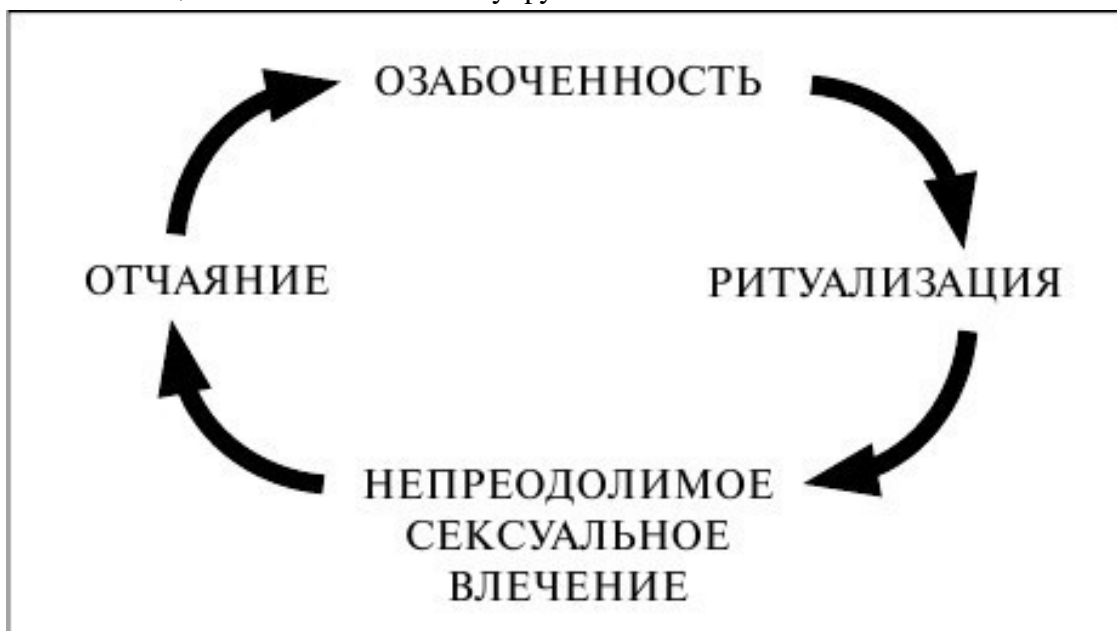


Рис. 1. Замкнутый цикл связи типа III¹¹

В отличие от случаев связей типа I и II, здесь абсолютно необходим профессиональный терапевт с опытом работы в этой специфической области. Этот тип связи во многих аспектах отличается от двух других типов и требует совершенно иного подхода.

Что дальше?

Вспоминая о том, как в этой главе мы определяли, сравнивали и противопоставляли три этих типа связи, попробуйте отнести вашу ситуацию к одному из них. Сначала вам, вероятно, будет нелегко выделить все ваши сложные переживания и проследить повороты вашего «сюжета», но если сосредоточиться, постепенно будет вырисовываться определенная тема, и вы будете склоняться к одному типу. Помните, что не бывает двух абсолютно одинаковых ситуаций; тем не менее, уяснив, какие факторы и черты являются преобладающими, вы, в конце концов, сможете дать правильную характеристику вашей ситуации. И у вас, таким образом, появится более четкое понимание, как преодолеть вашу связь.

Определив различные виды измены, рассмотрим теперь более подробно, что представляет собой осложненная связь.

¹¹ Взята из книги: Out of the Shadows © by Patrick J. Carnes, Ph.D. Published by CompCare Publishers, Minneapolis, Minn. Используется с разрешения.

ГЛАВА 3

Разобраться в хаосе. Осложненная связь

Боб учился вечером в аспирантуре, днем работал; Беки была на хорошем счету в своей компании. У Беки было достаточно своих забот, чтобы скрывать недовольство чрезмерной загруженностью Боба работой и учебой. Они заранее обсудили, каким будет этот период в их жизни, поэтому оба знали, что будет нелегко.

Однако Беки не могла отделаться от ощущения, что для мужа она абсолютно ничего не значит, что он выключил ее из своей повседневной жизни. «Когда учеба закончится, будет лучше. Сейчас нужно терпеть, а не раскачивать лодку. У Боба довольно проблем и без ноющей дома жены», – успокаивала она себя. Поэтому решила подождать, пока ситуация исправится сама собой.

Но стало еще хуже. По окончании аспирантуры у Боба началась другая напряженная учеба: нужно было пройти государственную аттестацию по специальности. Для получения необходимого документа нужно было еще два года учиться в интернатуре. Когда это дошло до Беки, ей показалось, будто бы ее задвинули на самый задний план. Еще два года? Не уверена, что продержусь еще столько – я засыхаю на корню.

Она пыталась рассказать Бобу о своем отчаянии, чувстве отчужденности и эмоциональной усталости, но времени на это как всегда не хватало. Поэтому о своей досаде и неудовлетворенности она рассказывала подругам на работе. Если не слушает Боб, пусть послушают хотя бы они.

Очевидно, кто-то из них упомянул об этом ее начальнику, Тому.

Однажды после обеда Том вызвал Беки в свой кабинет и в деликатной манере поинтересовался, как дела у нее с Бобом. Он добродушно заметил, что, по его наблюдению, работоспособность ее снизилась. Хотя Беки и не собиралась этого делать, она тут же потеряла самообладание и расплакалась. Том выглядел таким добрым и понимающим – он даже предложил ей вечером, когда Боб был еще на учебе, вместе сходить в ресторан. Все еще плача, она согласилась.

Еще прежде, через общение по работе, у них установились дружеские отношения. Сначала она объясняла себе, что между ними нет никаких чувств, что они просто занимаются делом. С таким настроением у нее прошло несколько ужинов после работы.

Вскоре совместные ужины стали регулярным событием в неидеальной жизни Беки. Проводимое вместе время делало работу приятнее, и она теперь работала в предвкушении чего-то особенного, а не просто ждала привычных тоскливых вечеров. Боб никогда не возвращался домой раньше десяти часов вечера и был, как правило, столь утомлен, что не испытывал никакого желания слушать, что произошло у жены за прошедший день.

По мере того как Беки и ее начальник лучше узнавали друг друга, взаимопонимание их росло. У Тома были такие грани характера, которые она не замечала до того, как они перешли на новый этап отношений. Вскоре, прощаясь после ужина, они стали обнимать друг друга. Несмотря на то что из-за этого у нее возникало чувство вины, она понимала, что все больше и больше думает о Томе. Она так высоко ценила, возможно, даже переоценивала, их отношения, которые в последнее время получили новое развитие. Тем не менее она пыталась выбросить свои беспокойные мысли из головы.

Том явно чувствовал то же самое, что и Беки. Однажды за ужином он поведал ей о своих чувствах, и она вынуждена была признаться, что чувствует по отношению к нему то же самое. В тот вечер, выйдя из ресторана, они решили зайти к нему домой, и там они потеряли контроль над собой. В тот вечер Беки вернулась домой поздно, но, к счастью, еще до того, как появился Боб.

Придя к начальнику домой во второй раз, Беки поняла, что должна перестать встречаться с ним за пределами офиса. «Можно ведь просто вернуться к чисто деловым отношениям, – думала она. – В конце концов, у нас два года именно это и было, пока все не вышло из-под контроля». И они решили прекратить связь. Оба чувствовали себя виноватыми и быстро согласились на такой план.

Но долго они не продержались. Спустя два дня Том вызвал ее в свой кабинет и сказал, что просто не может так быстро все закончить. Благодаря всем этим чудесным ужинам дружба с ней стала для него чем-то особенным. «А не можем ли мы просто быть друзьями? – предложил он. – Мы можем за ужином общаться, а потом будем просто говорить друг другу „до свидания“».

Беки столь же пылко желала продолжить отношения. Поэтому, собрав всю свою волю в кулак, она согласилась попробовать.

Но в тот вечер все закончилось тем, что они снова оказались у него дома. Ей опять удалось вернуться домой прежде Боба; в этот раз она заранее рассчитала время. Следующим утром Том вызвал ее к себе в кабинет и извинился за то, что нарушил договор, и предложил не встречаться неделю-две.

Беки к этому времени уже совсем была сбита с толку. Ее чувства к Тому с каждым днем усиливались. Она восхищалась им, он был так внимателен, извинился перед ней и предложил какое-то время не видеться. Она согласилась на «пробное расставание», несмотря на то что прошлой ночью, когда она была с ним, ей было так хорошо, что стало уже казаться, что Том и есть для нее «тот единственный человек».

Прошла неделя, и Беки поняла, что ужасно хочет просто поговорить с Томом. «Это почти как ломка у наркомана», – подумала она с некоторой тревогой. В конце концов, терпеть стало уже невозможно. Она позвонила ему по внутренней связи и попросила разрешения зайти к нему в кабинет. На самом деле для этого была причина: на ее стол попал отчет, в который нужно было внести новые данные, доступ к которым был только у Тома. Услышав его, она поразилась тому приливу чувств, который охватил ее, лишь только раздался его голос.

В кабинете во время разговора она едва себя сдерживала – с трудом заставила себя забрать нужные данные и не попросить его о встрече в ресторане. Размышляя после работы о состоявшемся разговоре, она была поражена тем, что не может себя контролировать, и всю ночь думала об этом, теряя драгоценное время сна. Почему я так одержима нашими отношениями?

На следующее утро, плетясь на работу после бессонной ночи, она поняла, что следует положить этому конец.

Когда рабочий день закончился, она позвонила Тому и попрощалась. Он стал возражать, говоря, что его чувства тоже имеют значение и несправедливо закончить все так скоро. Почему не подождать пару недель, а потом еще раз все взвесить?

Но Беки просто положила трубку. Она знала, что ничего не выйдет; они пытались себя сдерживать, и ничего не получилось. Том под разными предлогами пытался несколько раз ей звонить, но она была непреклонна; стиснув зубы, она держалась своего решения.

Затем, довольно неожиданно, Тома перевели в другое подразделение компании, и он был вынужден переехать в другой город.

Беки была раздавлена, хотя именно она настояла на прекращении отношений. Она чуть было не позвонила Тому перед отъездом, чтобы поздравить его, но уговорила себя не делать этого, хотя и с огромным трудом. Она чувствовала себя ужасно несчастной всякий раз, когда думала о нем, что, похоже, было самым тяжелым в те дни.

Однажды утром, когда Беки боролась со своими чувствами, Том позвонил по местной связи и пригласил ее на один прощальный ужин. Она не могла сопротивляться и услышала, как сама говорит «да», хотя и с условием, что он больше никогда не пригласит ее на свидание. Он согласился.

Последний вечер, который они провели вместе, был насыщен взаимными откровениями, которыми они, сидя за столом, делились друг с другом. Она мужественно старалась не показывать, какую утрату и разочарование она переживает, и вот, в конце вечера, она наблюдала, как он в последний раз выходит из ресторана и... из ее жизни.

Потеряв Тома, – несмотря на осознание ненормальности этой связи, – она почувствовала, что в ее жизни возникла огромная пустота. Понадобились месяцы, чтобы выйти из оцепенения и начать понимать, что происходит на работе и дома. Однако муж, Боб, так ничего и не заметил. Этот факт был молчаливым свидетельством отсутствия контакта в браке.

Как и ожидалось, Боб получил необходимое аттестационное свидетельство. Однако теперь его захватила новая карьера. На работе он преуспевал, и они стали подумывать о том, чтобы родить ребенка.

Как показал тест на способность к деторождению, у них были проблемы. Спустя несколько месяцев, так и не сумев зачать, они решили усыновить ребенка. Как часто бывает, как только они это сделали, Беки забеременела.

Один ребенок на руках, а другой в утробе, отнимали у нее много сил. Сейчас более чем когда-либо ей необходимо было быть ближе к Бобу. Но они не знали, как обрести контакт друг с другом, поскольку так долго двигались разными путями.

Она не могла откровенно говорить о своих потребностях, а он полагал, что с ней все в порядке. Боб знал, что в браке уже нет прежней легкости, но сейчас в семье было двое маленьких детей, и именно этим он объяснял их отношения. И он, и Беки ощущали постоянную усталость, но чего еще можно было ожидать, раз уж они стали молодыми родителями?

Сейчас Беки стала волновать ее незащищенность. Она была сыта по горло своей отчужденностью в браке и все-таки не могла вот так просто развестись с Бобом. Брак сейчас ей был нужен – она не смогла бы сама справиться с двумя маленькими детьми. Но она не могла посвятить его во внутреннюю борьбу, которая в ней происходила. Она решила обратиться к душепопечителю.

Понадобилось много времени, чтобы выяснить, каковы же ее нужды и желает ли она рассказать о них мужу. Соккрытие прошлой связи порождало у нее тяжелейшее чувство вины.

В конце концов, Беки приняла решение рассказать обо всем Бобу. Она всякий раз цепенела от страха, представляя, что может последовать, однако понимала, что шаг этот правильный. Пока их разделяет тайна, они никогда не смогут быть близки.

К счастью, Боб проявил любовь к жене, простил ее, и они помирились.

Наступил период эмоциональной опустошенности, за которым последовало облегчение. Сегодня они все еще работают над своими отношениями, которые пока далеки от идеальных. Но впервые оба стали признавать, что вновь обретают искренность и близость, которые, как казалось ранее, были уже невозможны. Они чувствуют в себе новую уверенность, чувствуют, что с браком все получится.

Ключевым фактором в реабилитации было признание обеими сторонами своей доли ответственности за случившееся. Беки признала, что сбилась с пути истинного, Боб же признал, что отдалился от жены. Только после этого они смогли продвинуться по пути восстановления доверия и близости, что исключительно важно для успешного брака.

История Беки и Боба – типичный пример запутанной связи (тип II). Если у вас была подобная связь, весьма вероятно, что в этой истории вы обнаружили множество параллелей с вашим опытом.

Однако можно выделить четыре разновидности подобной связи¹²:

1. Нежелание близости.

¹² Эти четыре разновидности были впервые выделены Эмили Браун в книге *Patterns of Infidelity and Their Treatment* (New York: Brunner/Mazel, 1991), pp. 28–48.

2. Избегание конфликтов.
3. Опустевшее гнездо.
4. Пора уйти из дома.

Если вы определяете вашу измену как связь типа II, ознакомьтесь с нижеприведенными характеристиками и посмотрите, получается ли продвинуться в определении причинных факторов. Это будет полезно для вашей реабилитации. Чем точнее вы определите первопричины, тем более результативным будет процесс.

Четыре разновидности связи типа II

Для супружеской пары важно прийти к согласию относительно типа и разновидности имевшей место связи. Если согласия нет, окончательное решение следует принять, полагаясь в большей степени на восприятие изменника. В конце концов, именно он инициировал незаконную связь. Часто восприятие супруги немного искажено – из-за дисфункции отношений в браке, поэтому при отсутствии полного согласия относительно типа и разновидности связи мнение изменника должно иметь преимущество.

Исключением является случай, когда супруга чувствует, что дело касается нездорового пристрастия к сексу (связь типа III) со многими или повторяющимися сексуальными извращениями. Если вы не встречали такого человека, вы поистине не ведаете, что значит отрицать свою зависимость! Как уже говорилось в предыдущей главе, поведение, противоречащее здравому смыслу, и обман присущи всякому человеку, который страдает любым нездоровым пристрастием.

Рассмотрим первую разновидность осложненной связи.

Связь, возникающая из-за нежелания близости (синдром «дворников»)

Первая разновидность связи возникает обычно у супругов, которые всевозможными способами избегают близости – через постоянные перебранки, критику друг друга и даже открытые конфликты. Вам знакомы такие пары? Они никогда не расходятся («Помни о своей клятве» – их девиз), но всегда держат между собой негласно установленную дистанцию. Они как пара «дворников» на лобовом стекле автомобиля – между ними всегда есть некоторое расстояние.

Наличие этого расстояния никогда открыто не признается, но оба о нем хорошо знают. То, что окружающим может казаться со стороны ужасным браком, на самом деле их только стимулирует. Они чувствуют себя в безопасности, потому что отношения столь предсказуемы.

Иногда они даже испытывают такую систему на прочность – но только чтобы проверить, работает ли она так же, как прежде. Происходит обмен обидными словами, и ответные реплики подтверждают, что вся система работает нормально. Даже если обеим сторонам чрезвычайно больно, все-таки это способ ощущать свою общность и значимость друг для друга.

Конфликт не только держит супругов на нужном расстоянии, но еще и порождает у них ощущение собственной силы. Обмениваясь выпадами, они действуют по принципу «око за око». Баланс сил имеет столь важное значение, что при наличии связи у одного из них другой вскоре тоже обзаводится партнером («как ты поступил со мной, так и я, теперь мы квиты»). Это и есть принцип «око за око».

Помимо сохранения дистанции и баланса сил, такие отношения позволяют обоим партнерам заниматься домашними делами и обязанностями эффективно, не мешая другому. Обратите внимание: когда «дворники» сметают со стекла воду, они никогда не сталкиваются (а если столкнутся, то сломаются, и тогда нужно срочно их чинить). В таком браке два человека знают свое дело, они предсказуемы, находятся друг от друга всегда на одном и том же расстоянии

и даже оправдывают друг друга. Они, каким-то загадочным образом, всегда вместе и одновременно порознь.

Один молодой человек, которого я знаю, страдал в детстве от постоянных ссор родителей. В подростковом возрасте он иногда вмешивался в их скандалы, пытаясь защитить мать от грубости отца. Но, к его огромному изумлению, мать в таких случаях обычно поворачивалась к нему и велела заниматься своим делом, ибо помощь вообще была не нужна. Задним числом до него дошло, что она, по сути, тогда говорила: «Не мешай нам, это наша игра. Мы как два „дворника“, яростно трущихся на лобовом стекле всегда на одном и том же расстоянии друг от друга. Это на самом деле не так уж и страшно».

Процесс оздоровления такого брака будет нелегким, поскольку необходимо заново «сбалансировать» отношения супругов. Связь одного из партнеров приводит систему в такой жуткий дисбаланс, что оба теряют почву под ногами, их души полны страха. Взаимные обвинения и агрессивность – черты, присущие этому браку, поэтому обеим сторонам трудно взять на себя ответственность. Для оздоровления потребуется развить в себе новые качества (например, способность брать часть вины на себя), которые этой паре в данный момент чужды. Однако это осуществимо, если есть желание попробовать что-то новое.

Если вы всегда делаете то, что и прежде, вы всегда будете получать то, что получали прежде. Нужно попытаться поступать иначе.

Связь, возникающая из-за избегания конфликтов (синдром «телефонного гудка»)

Если предыдущий стиль супружеских отношений можно сравнить с действием автомобильных «дворников», данный стиль лучше всего иллюстрируется телефонным гудком. Здесь ничто никогда не меняется – в телефонном гудке нет разнообразия. Сначала гудок успокаивает, но, если послушать подольше, можно сойти с ума. Просто подержите телефонную трубку пару минут у уха – вы поймете, о чем я говорю!

При таких отношениях у мужа и жены либо разные роли, образы жизни и интересы, либо один из партнеров управляет всем, а другой становится послушным ребенком. В первом случае оба супруга строго придерживаются избранных ролей, которые ни в чем не пересекаются. Оба точно знают, что нужно делать, а попытки изменить сложившийся порядок ни к чему хорошему не приводят. Все предсказуемо, причем до такой степени, что можно сойти с ума. Нет смысла спорить; «Просто сделай это», как говорится в рекламе. Результат – рутина и скука изо дня в день.

В последнем случае (один партнер – родитель, другой – ребенок) более сильный партнер обычно заботится о том, чтобы сохранить лицо семьи, но это ситуация «мира любой ценой», и поэтому ее, несомненно, нельзя считать здоровой. Мир этот мнимый, а с исчезновением трудностей исчезают и радости.

Удивительно, но подобное бегство от конфликтов в христианской среде – явление обычное. То особое внимание, с которым во многих протестантских кругах относятся к внешней стороне брака, заставляет супружеские пары верить в ложную безмятежность – «в телефонном гудке» они видят знак спокойного плавания. Многие на самом деле считают такой брак «христианским» примером дня подражания. Однако в нем не хватает такой важной для совместной жизни вещи, как способность быть естественным и честным с собой, другими людьми и Богом.

Оба партнера, похоже, довольны заведенным в браке порядком, но лишь пока кто-то из них не почувствует влечения к другому человеку. Тогда целый мир новых эмоций вдруг захватывает увлекшегося супруга. Вновь возникает ощущение, что живешь, – избавление от «телефонного гудка» воодушевляет; внутреннее преобразование так чудесно. В описываемом

случае (а также в случае «опустевшее гнездо», о котором речь ниже) в поведении изменника происходят наиболее значительные изменения.

В таком браке супруге зачастую очень трудно уловить смысл того, что изменник хочет о себе сообщить посредством связи (см. главу 8). Супруг-изменник таким образом указывает на какой-то существенный недостаток в браке, который он стремится восполнить. Для супруги же, которая привыкла к «телефонному гудку», признание того, что у брака есть какие-то недостатки, равносильно проклятию. Она, как правило, верит в то, что все делала правильно, так чего же еще желать? Иными словами, если «телефонный гудок» – вещь желательная, зачем же ей в себе что-то менять?

Кроме того, супруга часто думает, что измениться – значит признать: «Я допустила ошибку». А признание может испортить репутацию, над созданием которой она так много трудилась. Нередко такая супруга пользуется немалой поддержкой в церкви, и ей легко поддерживать свою репутацию. А всю вину она возлагает на изменника, отказываясь брать на себя часть ответственности. Печально, но подобную позицию я наблюдаю слишком часто; реабилитация здесь становится практически невозможной.

Опустевшее гнездо («кризис среднего возраста»)

Как часто вам приходилось слышать, что какая-то пара расходится, когда до серебряной свадьбы им осталось совсем недолго? После двадцати – двадцати пяти лет, прожитых вместе, обычно наступает время некоторой семейной корректировки. И это также кризисное время для супруги, которая большую часть жизни (если не всю) потратила на детей. Когда у родителей наступает зрелая пора, их дети-подростки собираются поступать в колледж и жить самостоятельно. Такие перемены действительно могут потрясти основы брака, вращавшегося вокруг детей.

Человек, у которого возникает подобного рода связь, – это, как правило, добросовестный семьянин или идеальная мать. Двадцать лет он (или она) воспринимал супруга не как партнера по браку, а как родителя своего ребенка. И когда дети покидают дом, им не о чем больше говорить. Вдруг всплывают все незавершенные дела (нерешенные проблемы) их семьи, все то, что осталось недоделанным лишь потому, что забот всегда было с избытком. Соедините эти факторы с неведомыми проблемами, которые несет им будущее, и вы получите ситуацию, где оба супруга становятся очень уязвимыми для чувств, внимания и заботы другого человека.

Партнерша такого изменника почти всегда моложе его жены. Изменник обычно на целое поколение старше партнерши, у него больше власти, престижа и денег. Важно обратить внимание на такие детали, когда супружеская пара начнет заниматься поиском причин связи. Упомянутые потребности – это именно то, чем пренебрегали, когда супруги были поглощены воспитанием детей.

Такую связь чаще всего прекращает изменник. Он, в конце концов, «берется за ум», осознавая, что семья важнее его шалостей. Партнерша обычно абсолютно не готова к такому повороту событий.

Однако, вместо того чтобы открыть правду супруге, изменник возвращается к старой модели общения, построенной вокруг детей, а не к супружеским отношениям как таковым. Принцип «сохранения мира» важен настолько, что тайна не может быть раскрыта. Плюс, думает он, если тайна раскроется, образ «лучшего в мире семьянина» будет разрушен. Тайна становится для него постоянно саднящей раной.

Связь, возникающая после ухода из дому («наконец пришел и мой черед»)

Обычно такая связь является результатом многолетних раздумий, которые усугубляются каким-нибудь этапным для семьи событием: уходом взрослых детей из дому или завершением многолетней карьеры (например, в армии, крупной компании или государственном учреждении). Фактически связь зародилась много лет назад в голове изменника и вынашивалась им в качестве плана на будущее. Уходя, в конце концов, от супруги к партнерше, он обычно говорит: «Я жил с этой идеей в голове много лет и, наконец-то, решил ее реализовать».

Тот, кого никогда не соблазняли измены, склонен скептически воспринимать такое объяснение. Но тот, кто прошел через это, или знает тех, кто прошел, несколько не удивится. Задним числом люди, имевшие этот опыт, утверждают, что многие годы предчувствовали, что такое произойдет. Более того, они это планировали!

План уйти от супруги обычно является результатом нежелания последней меняться, перестраиваться, общаться и удовлетворять фундаментальные потребности близкого ей человека. Недовольный супруг (будущий изменник) в какой-то мере пытается обсуждать свои проблемы, но супруга либо не слышит, либо не понимает его.

Потратив некоторое время на споры, изменник отказывается от своих попыток и решает смириться, пока не появится возможность выйти из брака. Супруга же принимает терпеливость за твердость характера. Изменник многие годы находится в постоянном напряжении, помня о решении когда-нибудь уйти. Супруга же в отсутствии конфликтов видит знак того, что все идет великолепно. Здесь мы опять сталкиваемся с иллюзией «спокойного плавания».

Многие изменники пытаются представить свой уход как благородный поступок. Еще за много лет до разрыва они воображают, как позаботятся о супруге, когда придет время уходить. Один из интересных феноменов, характерных для данной разновидности связи, – обращение изменника к пастору или душепопечителю за помощью в преодолении кризиса, который супруга будет переживать сразу после его ухода. Он рассуждает примерно так: «Раз уж я поручил кому-то заботиться о супруге, я имею право уйти. Дело сделано. Я провел двадцать лет в этом браке, делал то, что полагалось делать, а теперь пора „помахать ручкой“. Я буду делать то, что хотел делать все эти годы, пока еще могу получать удовольствие от жизни». Это очень напоминает слоган компании «Макдоналдс»: «Сегодня ты заслужил отдых».

Расставшись с супругой, изменник на самом деле редко женится на своей партнерше. Если это и происходит, брак редко длится более двух лет¹³. Партнерша служит лишь средством избавления от неприятных переживаний, связанных с браком. Если он не женится повторно или если новый союз вскоре распадается, следует обычно продолжительный период одинокой жизни. Изменник концентрируется на своих причудах, избегая серьезных отношений и вытекающих из них обязанностей, – он теперь свободен и таким и останется, раз уж ничего нельзя поделать.

Однако новый образ жизни быстро наскучивает и не приносит удовлетворения. Красивая машина и новый катер не идут ни в какое сравнение с родным человеком, с которым можно путешествовать по жизни. Кроме того, такие досадные вещи, как необходимость платить алименты и заботиться о детях, омрачают идиллию «холостяцкой» жизни.

Обиженная супруга часто недоумевает, почему же муж ушел от нее к другой женщине, поскольку считает партнершу менее интересной, чем она.

Но главная причина, почему изменник имеет связь, – простое нежелание жить в этом браке. Он и не собирается жить с партнершей всегда; ему просто нужно уйти. Потом, освободи-

¹³ Там же, р. 44.

дившись от семейных обязанностей, он использует превосходство своего социально-экономического статуса как предлог, чтобы бросить партнершу.

Печально, но браки, распадающиеся из-за связи той разновидности, которую мы назвали «Пора уйти из дому», восстанавливаются редко. Если супруга бежит за изменником, упрашивая его вернуться, это обычно ни к чему не приводит. Более того, такое поведение зачастую заставляет изменника жениться на партнерше – лишь бы поставить барьер между собой и бывшей супругой. Такой ход событий давно планировался. Изменник, как правило, с упорством, достойным лучшего применения, во что бы то ни стало стремится быть свободным. Если он и выкажет какой-то интерес к примирению, произойдет это минимум года через два после разрыва, когда начнет рушиться идиллия новой жизни.

Что дальше?

В предыдущих двух главах мы рассмотрели три основных типа связей, пытаюсь немного разобраться в той истерии и хаосе, которые обычно сопутствуют раскрытию измены. К этому моменту вы уже, вероятно, точно определили специфику вашей ситуации.

Теперь возьмемся за непростой вопрос: «Почему?» Именно он должен в первую очередь волновать вас в вашей ситуации. Мы рассмотрим обстоятельства, которые располагают к измене. Займемся культурными мифами, особенностями религиозной практики и стилями супружеской жизни, которые в совокупности делают измену весьма вероятной. Наряду с нашей греховной природой именно эти факторы оказывают наибольшее влияние на наши взгляды и действия, когда дело касается измены.

ГЛАВА 4

Причины: обстоятельства, способствующие процветанию внебрачных связей

Долгое время Оуэн считал себя удачливым человеком. У двух его братьев жизнь все еще не наладилась – один был алкоголиком, да еще периодически употреблял кокаин, другой же наконец-то избавился от алкогольной зависимости, но постоянно вступал во внебрачные связи, а несколько распавшихся браков были ярким свидетельством того, что он не в состоянии себя сдерживать.

«Наш отец был вполне обычным родителем, – вспоминал Оуэн. – Временами он со мной был резок, но чего еще было ожидать от алкоголика, бабника, человека, который обижал мать? В семье его функция заключалась в том, чтобы принуждать, а мать была утешителем и воспитателем, она пыталась удерживать от развала семейную конструкцию, которую расшатывал отец. Мать исцеляла наши раны, развеивала страхи, утешала нас в детских горестях».

Вообще-то, некогда мать отца, то есть его бабушка, сохраняла свою семью точно так же, как мать Оуэна. Поэтому отец просто повторял то, что сам наблюдал в детстве.

Хотя Оуэн никогда не слышал этого от отца, он подозревал, что тот считает его маменькиным сынком. Конечно, мать его часто защищала, но ему это не казалось излишним. Отношение к нему отца казалось несправедливым, и об этом было больно думать.

В средних и старших классах Оуэн ладил с девочками. Он был остроумен, получал приличные оценки, а общаться с «крутыми парнями» из школы ему не нравилось. Хотя он явно не был тем, кого принято называть ветреником, в школе и в колледже у него были отношения с девочками, предполагающие некий физический контакт. Но он ни разу не доходил «до конца», пока не встретил свою будущую жену.

До того, как пожениться, они несколько раз вступали в сексуальный контакт. Они объяснили себе, что уже преданы друг другу так же, как в тот день, когда пойдут под венец. Тогда они еще не были христианами и в последствии считали, что такое поведение сойдет за «безумство молодости».

Вскоре после рождения первого ребенка Оуэн с женой стали интересоваться духовными вопросами. Теперь, когда нужно было воспитывать ребенка, им захотелось выбрать для себя религию, и после некоторых поисков они уверовали в Христа. Как было свойственно им во всех делах, в христианство они погрузились с огромным воодушевлением.

В воскресной школе для взрослых, которую они посещали, обсуждался вопрос о том, как уберечь брак от внебрачных связей. По этой теме у Оуэна с женой было несколько вопросов, однако они очень стеснялись спросить об этом прилюдно, поэтому сделали вид, что все поняли. Они были рады, когда этот курс завершился; следующей темой была Библия, и она казалась более безопасной.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.